



Fundacja Rodzinna – nowa instytucja dla przedsiębiorców str. 3
Od Rady Osiedla Podolany str. 6
W jak wybaczenie str. 8
Jak sprzedać nieruchomość str. 12

Fachowcy w Mieście

ISSN 2300-7273

www.fb.com/fachowcywmiescie/

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

Szczęśliwego Nowego 2023 Roku

UBEZPIECZENIA
Dla Klientów porady prawne - Gratis
OC AC * NNW * FIRM * NA ŻYCIĘ INDYWIDUALNE I GRUPOWE GWARANCJE * RYZYK BUDOWLANYCH DOMÓW I DOMÓW W BUDOWIE OD OGNIA 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 UNICA HESTIA
POLISA-POLIS GENERALI Allianz Warta HDI Gothaer BENEFIA

moja Stomatologia[®] clinic+
Stomatologia
Ortodoncja • Protetyka
Chirurgia stomatologiczna
Leczenie pod mikroskopem

Poznań, ul. Obornicka 229, lok. 204
(GALERIA ARKADA, 2 piętro nieopodal RONDY OBORNICKIEGO naprzeciwko marketu ALDI)
tel. +48 571- 345 - 323
www.mojaStomatologia.pl/poznan

visionoptyk.pl

RABAT -50% NA OPRAWKI
SKORZYSTAJ Z PROMOCJI
Tysiące najnowszych modeli okularów 1+1, -50% na oprawki rabat na okulary progresywne

Umów się na **BEZPŁATNE BADANIE WZROKU**

UL. SZKOLNA 2B ROKIETNICA **NOWY RYNEK 5 SUCHY LAS**
☎ 696 696 332 ☎ 696 696 280

MALOWANIE
25 lat doświadczenia
czysto, szybko, solidnie
zniżki dla seniorów
608 778 112

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

PROMOCJA 99zł/m³
www.odpady-skip.pl
TOALETY PRZENOŚNE
WYNAJEM I SERWIS
WC SKIP 514 041 959
www.toalety-przenosne-poznan.pl

takidrwal.pl
Wycinanie i pielęgnacja drzew;
skręcanie formowanie drzew;
usuwanie korzeni;
wykonujemy usługi ogrodnicze;
usługi rękawicami do 10 cm średnicy gałęzi;
używamy technik alpinistycznych lub podnośnika;
WYCINKA DRZEW
511 284 420

SKUP ZŁOMU

Złomu stalowego
Kabli
Akumulatorów
Metali kolorowych
WAGA SAMOCHODOWA
PRZEŹMIEROWO *Płatne gotówką!*
ul. Wichrowa 22
☎ 531 322 222
od poniedziałku do piątku w godz. 8-16
www.skupzlomu-poznan.pl

DREWNO KOMINKOWE
SPRZEDAŻ:
drewna kominkowego i opałowego
Dąb, buk, jesion, grab, olcha, brzoza, sosna, świerk oraz gałęziówka liściasta iglasta.
Drewno w postaci wałków 120cm, kłódków lub rąbanych.
PRODUKCJA:
faszyna, stęple budowlane oraz więźba dachowa
DODATKOWO WYKONUJEMY:
wycinkę drzew, wykaszanie traw, pielęgnacja parków i ogrodów, odśnieżanie dachów oraz stawianie ogrodzeń z siatki i z płyt betonowych
TRANSPORT
z dowozem na miejsce

Usługi Remontowo-Budowlane

690 645 191
665 347 281
667 176 595



Zadbaj o mniejsze rachunki, dzięki kompleksowym rozwiązaniom od Arago

- ✓ Instalacja fotowoltaiczna
- ✓ Pompa ciepła
- ✓ Magazyn energii
- ✓ Ładowarki do pojazdów elektrycznych

Pomożemy Ci wybrać najlepsze rozwiązanie!

Skontaktuj się z nami:
691-050-450

PODNOŚNIK KOSZOWY

tel. 608 443 604

DRZEWA

WYCINANIE I PRZYCINANIE

tel. 608 443 604

Profesjonalne usługi pośrednictwa w obrocie nieruchomościami



HANRAD
NIERUCHOMOŚCI
nr licencji zawodowej 8008



hanrad.pl

- ✓ kompleksowa obsługa (od A do Z)
- ✓ skuteczność, szybkość i elastyczność działania
- ✓ bezpieczeństwo współpracy z profesjonalnym pośrednikiem
- ✓ gwarancja zadowolenia, przy zastosowaniu najwyższych standardów
- ✓ znajomość rynku (20 lat doświadczenia na rynku)
- ✓ rozpoznawalność marki i bardzo dobre opinie klientów wg google.pl
- ✓ szeroka promocja reklamowa w dostępnych mediach

HanRad Nieruchomości
Ul. Smoka Wawelskiego 2, Poznań
Osiedle Bajkowe

Radosław Radziwiłko
radek@hanrad.pl
664 727 500

Dla osób dzwoniących i powołujących się na „Fachowcy w Mieście” oferujemy:
- wykonanie **nieodpłatnej** opinii dotyczącej nieruchomości
- obniżoną prowizję o 15%



KLIMATYZACJA
MONTAŻ
SERWIS
NAPRAWA

e-mail: biuro@instalklimapoznan.pl
www.instalklimapoznan.pl

tel. 785 915 492

AUTA KOZŁOWSKI

Przeźmierowo ul. Ogrodowa 86

Mechanika samochodowa - pełen zakres usług

Auto zastępcze na czas naprawy

Klimatyzacja - pełen serwis

Diagnostyka komputerowa

Ozonowanie

tel. 609 470 998

JESTEŚMY OTWARCI!

CZYSZCZENIE CHEMICZNE

MAGIEL
PRANIE WODNE
PRASOWANIE ODZIEŻY

EKO-PRALNIA

USŁUGI KRAWIECKIE

tel: 507 067 176 ul. Rynekowa 88

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

ANTENY



- TELEWIZORY
- DEKODERY
- MONTAŻ
- SERWIS RTV



501 791 623

Poznań - Smochowice ul. Lęborska 46

ALARMEX

klimatyzacja
automatyka do bram
bramy garażowe
systemy alarmowe
domofony

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

CANAL+ ONLINE

NOWE OBLCIE ROZRYWKI
BEZ ANTENY | PRZEZ INTERNET

CANAL+ BOX 4K
INTERNETOWY

1 zł NA START

SALON CANAL+ GALERIA PESTKA
ALEJE SOLIDARNOŚCI 47, TEL: 61 821 85 55

Fundacja Rodzinna – nowa instytucja dla przedsiębiorców

Wiosną 2022 r. Fundacja Rodzinna została zarejestrowana w Sądzie Rejonowym dla M. St. w Poznaniu, KRS 0000894444, NIP 525-252-525, REGON 141944444. Fundacja Rodzinna jest organizacją pożytku publicznego, nieostateczną formą prawną, której celem jest realizacja zadań na rzecz rodziny i społeczeństwa.

Fundacja Rodzinna będzie chronić majątek firmy po jej upadku, umożliwiając rodzinie i przedsiębiorcy kontynuację działalności. Fundacja Rodzinna jest organizacją pożytku publicznego, nieostateczną formą prawną, której celem jest realizacja zadań na rzecz rodziny i społeczeństwa. Fundacja Rodzinna jest organizacją pożytku publicznego, nieostateczną formą prawną, której celem jest realizacja zadań na rzecz rodziny i społeczeństwa. Fundacja Rodzinna jest organizacją pożytku publicznego, nieostateczną formą prawną, której celem jest realizacja zadań na rzecz rodziny i społeczeństwa.

Zarząd Fundacji Rodzinnej jest organem władzy wykonawczej, który kieruje działalnością Fundacji i reprezentuje ją na zewnątrz. Zarząd Fundacji Rodzinnej jest organem władzy wykonawczej, który kieruje działalnością Fundacji i reprezentuje ją na zewnątrz. Zarząd Fundacji Rodzinnej jest organem władzy wykonawczej, który kieruje działalnością Fundacji i reprezentuje ją na zewnątrz. Zarząd Fundacji Rodzinnej jest organem władzy wykonawczej, który kieruje działalnością Fundacji i reprezentuje ją na zewnątrz.

Fundacja Rodzinna jest organizacją pożytku publicznego, nieostateczną formą prawną, której celem jest realizacja zadań na rzecz rodziny i społeczeństwa. Fundacja Rodzinna jest organizacją pożytku publicznego, nieostateczną formą prawną, której celem jest realizacja zadań na rzecz rodziny i społeczeństwa.

Przedsiębiorcy tzw. jednoosobowi muszą jednak nadać swoim firmom formę prawną najlepiej spółki kapitałowej by wprowadzić ją do Fundacji, bowiem ona dalej nie ma prowadzić biznesu tylko nadzorować majątek w postaci spółki, nieruchomości prowadzonych na co dzień przez zarządy spółek, wynajęte osoby. **Nysie, że tworzy się także nowy zawód – Zarządcy Fundacja Rodzinna, w których mogą specjalizować się doświadczeni już życiowo i zawodowo, ale nadal aktywni zawodowo specjaliści jak doradcy podatkowi, księgowi, radcowie prawni i adwokaci. Niewątpliwie Fundacja Rodzinna to dobry kierunek komercyjnego majątku by dalej żyły z niego kolejne pokolenia.**

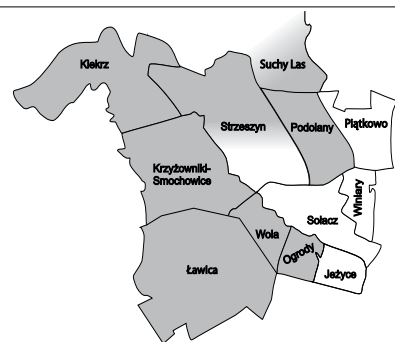
info@fundacjaRodzinna.pl



Kontakt: tel. 604 08 22 23
kancelaria@pauzbek.eu
ul. Łanowa 12. 60-185 Skórzewo

Fachowcy w Mieście

Miesięcznik zachodniego Poznania
nakład: 12.000 szt.



Wydawca i Biuro Ogłoszeń

Agnieszka Juskowiak
tel. 505 528 144

biuro@fachowcywmiescie.pl

www.fachowcywmiescie.pl

Poznań, ul. Dedala 5



Motto numeru:

„Bogactwem człowieka są: uśmiech, przyjazny gest, pogodne słowo”

(Phil BOSMANS)

Droży Czytelnicy,

Niech 2023 rok będzie dla Nas wszystkich rokiem pełnym wyzwań. W domu, w szkole czy w podróży. Uczmy się pozytywnego nastawienia i odkrywania drobnych przyjemności. Niechaj Nowy Rok przyniesie Wam radość, szczęście i inspirujące podróże. Niezależnie od tego, dokąd zmierzacie, zawsze służymy pomocą i będziemy tu dla Was również w przyszłym roku, aby dalej tworzyć lokalną społeczność. Dziękujemy, że jesteście z nami – to daje nam siłę i motywację, aby stale się rozwijać!

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 części lub w całości, wyłącznie za zgodą wydawcy. WSZELKIE PRAWA ZASTRZEŻONE.

Do you speak English?

KOREPETYCJE JĘZYKOWE I TERAPIA PEDAGOGICZNA

- angielski i niemiecki
- konwersacje z cudzoziemcem
- terapia dysleksji • pomoc w nauce

ZAJĘCIA W DOMU UCZNIA 601 70 20 90 WYSTAWIAMY FAKTURY VAT

Pracujemy online

MATURA 2023

Sprechen Sie Deutsch?

POLECAMY:
KAWY
HERBATY
KOKTAJLE
SMOOTHIESY
CZEKOLADY
DESERY
NAPOJE
DANIA KUCHENNE

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

Poznań, ul. Wojskowa 1
tel. 665 025 873

AMERICAN RESTAURANT

DOWÓZ DO KLIENTA

TRANSMISJE SPORTOWE

IMPREZY OKOLICZNOŚCIOWE

PIZZA & GRILL VEGAS
NE 1 QUALITY

STEAK
burger
PIZZA
żeberka

61 611 75 97
724 601 227

Tatrzańska 1
Poznań - Wola

www.vegaspizza.pl
www.facebook.com/VegasPizzaGrill/

SKUP SAMOCHODÓW –POZNAŃ–

f SKUP Samochodów Poznań

Jeśli chcesz sprzedać swój samochód zadzwoń do nas



531 635 774

WSTĘPNA WYCENA
TELEFONICZNA

OGLEDZINY NA MIEJSCU

WYPŁATA GOTÓWKI

PARKING MONITOROWANY PRZY KOŚCIELE

os. Strzeszyn Grecki,
ul. Moniki Ceglowskiej 3, Poznań

509 590 002

130 zł / osobowe 1 m-c
160 zł / BUS 1 m-c



moniverti
www.moniverti.pl

ŻALUZJE • ROLETY • VERTICALE



OSŁONY WEWNĘTRZNE

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

biuro@moniverti.pl tel. 696 013 579

Zapraszamy do salonu:
SKÓRZEWO, UL. POZNAŃSKA 52



OD RADY OSIEDLA PODOLANY



Koniec tego roku był dla Rady i Zarządu Osiedla Podolany bardzo pracowity. Dzięki Waszym głosom udało się zdobyć środki w Poznańskim Budżecie Obywatelskim na dwa nasze projekty:

- Zielone Fyrtle 2023 (na który oddano 16 177 głosów), który umożliwił m.in. posadzenie drzew i krzewów w pasie drogowym ulicy Druskienickiej i Jasielskiej oraz wykonanie alejki wodoprzepuszczalnej typu hansegrand i posadowienie ławek,
- Kultura na Fyrtlach Podolany, Strzeszyn, Kiekrz (na który oddano 2945 głosów), zakładający cykl koncertów, warsztatów i wydarzeń kulturalnych, kino plenerowe i lato w mieście dla mieszkańców.

Dziękujemy za oddane głosy!



14 grudnia w siedzibie Rady Osiedla odbyło się Świąteczne Kolędowanie zorganizowane przez Klub Seniora Podolany. Gościem specjalnym była Agata Amelia Wawrzyniak – artystka i mieszkanka Podolan, której wokół umilił wspólnie spędzony czas. Wydarzenie zostało sfinansowane ze środków miejskich w ramach działalności CIL Podolany i sprawiło Seniorom sporo radości. Przy okazji, zapraszamy nowe osoby do Klubu Seniora, postaramy się w następnym numerze gazety zamieścić więcej szczegółów na rok 2023.

KARCHER
PRANIE ORAZ CZYSZCZENIE
TAPICEREK MEBLI I AUT
609 036 745

Venadach
tel. 61 8516-721
tel. kom. 607-122-427
- Remonty i naprawy dachów
- Adaptacja strychów
- Remonty mieszkań



Pozyskaliśmy środki na realizację wniosku Rady Osiedla Podolany dot. modernizacji terenów w Zespole Szkolno-Przedszkolnym nr 15 w konkursie grantowym dla jednostek pomocniczych, a dokładniej modernizację wewnętrznej drogi z asfaltu z lat 70tych. Należy zwrócić uwagę na zaangażowanie innych podmiotów w realizację i powodzenie w konkursie. Projekt uzyskał pozytywną opinię i wsparcie finansowe w wysokości 4 tys. zł od Rady Rodziców SP62, 4 tys. od społecznie zaangażowanej i wspierającej lokalne inicjatywy – firmy Pekabex BET S.A oraz 400 zł ze Stowarzyszenia „Zielone Podolany” aktywnie działającego na rzecz mieszkańców. Wsparcie organizacji i firm w formie darowizny pozwoliło na uzyskanie dodatkowej punktacji dla naszego wniosku.



Współpraca ze Stowarzyszeniem Anny Danysz przybiera coraz realniejsze kształty, budowa ulicy na odcinku od ul. Strzeszyńskiej do ul. Karpińskiej jest przygotowywana przez ZDM do realizacji na początku 2023r. ze środków osiedla, zaś Stowarzyszenie składa wnioski na dofinansowanie dalszej części inwestycji w ramach programu „inicjatywy lokalne”.

Wzięliśmy udział w dyskusji publicznej nt. mpzp Podolany Południe B, obejmującego teren fortu VI oraz spotkaliśmy się z właścicielami firmy Arche, którzy zaprezentowali koncepcję zagospodarowania tych terenów. Projekt planu ma na celu ochronę zabytkowego Fortu VI (Tietzen) oraz otaczającej go struktury zieleni. Jednocześnie umożliwiające zostanie prowadzenie działalności gospodarczej poprzez adaptację istniejących obiektów Fortu VI do ściśle określonych funkcji usługowych oraz stworzenie miejsca rekreacji i wypoczynku dla okolicznych mieszkańców.

W imieniu Rady i Zarządu Osiedla Podolany składam mieszkańcom Podolan oraz sąsiednich osiedli serdeczne życzenia Świąt Bożego Narodzenia pełnych Miłości i Pokoju - w sercach ludzi, w Ukrainie i na całym świecie.

Elżbieta Sobkowiak, przew. Zarządu Osiedla Podolany
Artur Kosonowski, członek Zarządu Osiedla Podolany

SPRZEDAJĘ NIERUCHOMOŚCI

Szukasz skutecznego
agenta nieruchomości?

Zadzwoń!

Twój osobisty
doradca nieruchomości

www.emhome.pl

SZYBKO I EFEKTYWNE

609 002 026

emilia.kniter@emhome.pl



Emilia Kniter-Nowak

USŁUGI STOLARSKIE

MEBLE KUCHNIE
ZABUDOWY **SCHODY**
TARASY

PODŁOGI
UKŁADANIE
CYKLINOWANIE

78 40 50 400

Madcom
serwis drukarek

TONERY

SERWIS błyskawiczna pomoc

■ ■ ■ atrakcyjne ceny ■ ■ ■



info@madcomserwis.pl
www.madcomserwis.pl

tel. 603 608 556
tel. 604 070 767

natalii
drukarnia etykiet

ZATRUDNI:

- DRUKARZA
CYFROWEGO
I FLEKSOGRAFICZNEGO

- PRACOWNIKÓW
PRODUKCYJNYCH
I MAGAZYNOWYCH

Podanie + CV
proszę o przesłanie na adres:
62-090 Rokietnica, ul. Gołęcińska 39
email: info@natalii-rolldruk.pl
www.natalii-rolldruk.pl

**PUNKT
KRAWIECKI**
SZWALNIA NADRUKI HAFTY
STRZESZYŃSKA 54 **791-092-517**

PSYCHOTERAPIA I WSPARCIE PSYCHOLOGICZNE

w obszarach:

kryzysy życiowe
problemy w relacjach
lęk, depresja
stres, bezsenność

MAGDALENA KOWALSKA

Gabinet w centrum Poznania
tel. 692-705-725

Onesta
BIURO RACHUNKOWE

- PLANUJESZ ZAŁOŻYĆ DZIAŁALNOŚĆ GOSPODARCZĄ?
- PRZECHODZISZ NA WSPÓŁPRACĘ B2B?
- CHCESZ ZMIEŃCIĆ DOTYCHCZASOWĄ KSIĘGOWĄ?
- MASZ JAKIEŚ ZALEGŁOŚCI KSIĘGOWE?
- SAM PROWADZISZ KSIĘGOWOŚĆ SVOJEJ FIRMY, ALE CIĄGŁA ZMIANA PRZEPISÓW CIĘ PRZERASTA?

UMÓW SIĘ NA SPOTKANIE! SPRAWDŹ JAK PRACUJEMY!

tel. 792 806 867 lub 61 22 61 055
e-mail: kontakt@biuro-onesta.pl

Certyfikat Księgowy Ministerstwa Finansów nr 62957/2013

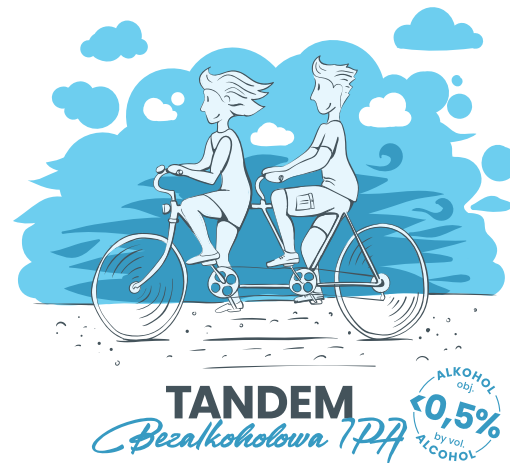
OSCIBR

mBank

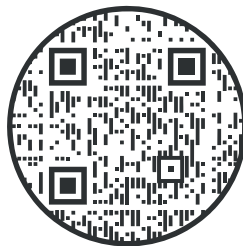
TU ZAŁOŻYŚ
FIRMĘ



SADY
BROWAR RZEMIEŚLNICZY



odwiedź nasz
sklep firmowy:



www.browarsady.pl

Browar Sady, ul. Logistyczna 21, 62-080 Sady



PROSTO Z TANKA!

Twój lokalny Browar Rzemieślniczy Zaprasza!

W jak wybaczenie



Sprawiedliwość w postaci zemsty nigdy niczego nie kończy i nie rozwiązuje. Zemsta to nie jest sprawiedliwość, a wybaczenie to jedna z najlepszych rzeczy, jakie możemy zrobić ponieważ robimy to dla siebie, a nie dla innych. Wybaczenie nie zabiera bólu przeszłości tylko z niego uwalnia. Wybaczenie wcale nie oznacza, że przyzwalamy na zło, że zgadzamy się na krzywdę, którą ktoś nam wyrządził. Pielęgnując urazę, robimy krzywdę tylko i wyłączając sobie. Kiedy wybaczymy to uwalniamy się od przeszłości. Dzięki takiej refleksji możemy się uczyć i rozumieć z jakiego powodu wydarzają się nam pewne doświadczenia w życiu.

W omawianym procesie najważniejszym jest wybaczenie przede wszystkim sobie, co jest istotnym czynnikiem, by móc wybaczyć innej osobie. Działanie to jest pomocne, by doszło do przełomu na poziomie emocji, co ma istotny wpływ, gdy chcemy dalej kroczyć ścieżką osobistego rozwoju. Jeśli doznaliśmy krzywd, które powracają do nas w postaci bólu psychicznego, duchowego, fizycznego to najpierw powinniśmy przyjąć z szeroko otwartymi ramionami samych siebie. Procesowi wybaczenia towarzyszy pozbycie się uczucia żalu, poczucia winy, co daje możliwość wyjścia z roli ofiary, by przywrócić sprawczość w swoim życiu. Należy pamiętać, że mądrość życiowa zazwyczaj powstaje w bólu i cierpieniu, bo czy nam się to podoba czy nie, stajemy się mądrzy życiowo między innymi poprzez rozwiązywanie problemów oraz pokonywanie trudności życiowych. Ciągłe zadawanie sobie pytania dlaczego mi się to przytrafiło, a nie komuś innemu jest źródłem cierpienia. Wybaczenie wymaga zaangażowania, zaufania do siebie, podjęcia decyzji i ryzyka, by stało się emocjonalnie odbarczające. Uczucie spokoju odzyskujemy jedynie wtedy, gdy pozwalamy odejść wszelkim krzywdom, które w sobie nosimy. Dzięki temu, zamiast rozpamiętywać,

robimy sobie w głowie miejsce na nowe doświadczenia. Może się wydawać, że wybacząc, robimy przysługę krzywdzicielowi. Myśląc w taki sposób, właśnie dlatego tak ciężko przychodzi nam wybaczenie, bo niby dlaczego miałabym/ miałbym robić coś dobrego dla osoby, która mnie skrzywdziła?! I choć często ego podpowiada nam, że nasza krzywda musi być na wierzchu, a tak naprawdę wybacząc podarujemy sobie samej/samemu naszą mądrość i dojrzałość. W tej sytuacji nie powinniśmy słuchać doradztwa naszego. Niektórzy twierdzą, że czasem wybaczać nie należy. Z mojej perspektywy warto wybaczyć, ponieważ niewiele w życiu jest rzeczy ważniejszych niż spokojny umysł.

Czy zawsze powinno się wybaczać?

To i inne pytania przychodzą do głowy w momencie, kiedy ból wewnętrzny i smutek na skutek zadanych krzywd staje się dla nas znaczącym obciążeniem, odbierając nam radość życia, odtwarzając na nowo melodię przeszłości w chwili obecnej. Wiele moim Klientom/Klientom przychodzącym do gabinetu trudno jest wybaczyć, gdyż mają niezdrowe wyobrażenie i rozumienie czym jest, a czym nie jest wybaczenie sobie i innym. Ta fałszywa interpretacja powoduje powstającą niechęć lub obawę wobec błędnie rozumianego wybaczenia i uzasadnia taką wobec niego postawę. Po wszechennie w zachodniej kulturze wybaczenie wiąże się z zapomnieniem krzywdy, ma uwolnić oprawczynię/oprawcę od ciężaru cierpienia jakie nam wyrządziła/wyrządził. Z takiego rozumienia tego procesu wybaczenia przychodzi nam łatwo, a także często może powodować nasz opór. Nierzadko staje się obowiązkiem moralnym, będącym wynikiem lojalności względem męża, żony, rodzica, dziecka. Odtwarzamy w głowie usłyszane zdania: "Wybacz mężowi, dla świętego spokoju", "No już wybacz-

cie sobie na zgodę", „Powinnaś wybaczyć swojej matce, przecież ona cię wychowała". Wybaczenie, żeby miało efekt emocjonalnego odbarczenia, nie może być tylko działaniem mentalnym, nie może wydarzyć się pod przymusem zewnętrznym czy wewnętrzną presją. Kiedy czujemy opór w sobie, wówczas zatrzymajmy się, zauważmy, jak ten opór objawia się w naszej głowie, jakie słowa wkłada nam w usta, co powoduje w naszym ciele? Może napięcie obejmuje kark, przejawia się ścisaniem w żołądku lub smutkiem odczuwanym w okolicy splotu słonecznego? Efektem wybaczenia z obowiązku czy powinności będzie jeszcze większe cierpienie, a my przejmujemy na siebie obowiązek, tłumaczenia sobie, uniewinniania, nierzadko też umniejszania cierpienia, jakiego doświadczyliśmy/doświadczaliśmy, czy w ogóle bagatelizowania go. Uniewinnienie, często bez uznania wyrządzonej krzywdy przez naszą oprawczynię/naszego oprawcę, bez postanowienia poprawy i podjęcia działań zadośćuczynienia, jest gwałtem na naszejpsychice. Zmusza nas do przemocy względem siebie, wymagając od nas wzięcia odpowiedzialności za wewnętrzny chaos, agresję oprawczyń/oprawcy, bez ofiarowania nam samym poczucia bezpieczeństwa, zrozumienia, szacunku, troski oraz miłości.

Czym jest wybaczenie?

Wybaczenie oznacza zrezygnowanie z pielęgnowania urazy, zrezygnowanie z zemsty (w tym karania samego siebie), pogodzenie się z tym, że nie będzie rekompensaty za doznane krzywdy, zaakceptowanie, że jest się w tym miejscu w życiu, w którym jest się teraz oraz zrezygnowanie z bycia w roli ofiary.

Czym nie jest wybaczenie?

Zapomnieniem, zrozumieniem, usprawiedliwieniem, udawaniem, że nic się nie stało, zbagatelizowaniem krzywdy, zaufaniem czy zaprzysiężeniem się lub byciu w bliskości emocjonalnej z osobą, która nas skrzywdziła. Wybaczenie nie jest także zrobieniem niezastępowalnego prezentu sprawcy/sprawcy krzywdy, zrezygnowaniem ze sprawiedliwej kary czy zrezygnowaniem z obrony i postawieniem granicy przed ponownymi krzywdami. Wybaczenie nie oznacza, że akceptujemy czyjeś czyny. Wybaczyć nie znaczy ponownie zaufać i obawiać się, że ktoś po raz kolejny to wykorzysta.

Dalszy ciąg artykułu m.in. o tym jak wygląda proces wybaczenia i od czego warto zacząć, w kolejnym wydaniu miesięcznika.

Małgorzata Remlein

Gabinet Psychologiczny

tel. 660-140-488 lub
malgorzataremlein.pl

KAMIENIARSTWO
-Tanie nagrobki granitowe już od 2000zł
Do 3 lat gwarancji!
-Parapety, schody, blaty kuchenne
w cenie już od 450zł/m2

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

UPUST 10 %
Dla emerytów i rencistów
za nagrobki powyżej
kwoty 3000zł
Możliwość zakupu na
RATY

HYDRO FOB
Kompleksowe osuszanie budynków

- izolacje przeciwwilgociowe
- izolacje przeciwwodne
- naprawa powłok izolacyjnych
- doradztwo techniczne
- iniekcja
- systemy wentylacji
- odgrzybianie ścian
- drenaże

tel. 609 270 132
michal-hydro-fob@wp.pl

ANTENY
ANTENY
DEKODERY nct+
NAPRAWA SPRZETU RTV
NAPRAWA INSTALACJI ANTENOWYCH
MONTAŻ KAMER I SIECI MONITORINGU

602-814-317
Kiekrz, ul. Kierska 63
www.anteny-poznan.pl

ALGRUD
Usługi ogrodnicze

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

Tel. 512 003 652

ZAKŁAD POGRZEBOWY
Bartosz Ćmil

KOMPLEKSOWE USŁUGI POGRZEBOWE

Trumny - Urny - Wieńce - Wiązanki

Usługi pogrzebowe • Przewozy • Kremacja • Wypłata ZUS

tel. 663 109 030 / 24h ul. Kościelna 71, 62-081 Przeźmierowo

ROL-PAT
PRZESŁONY OKIENNE

DLA NAS TO
PESTKA!

20 LAT DOŚWIADCZENIA

OFERUJE SPRZEDAŻ, MONTAŻ I SERWIS:

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

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

REMONTY
KOMPLEKSOWE REMONTY ŁAZIENEK, KUCHNI I INNYCH POMIESZCZEŃ
(wymiana wszelkich instalacji, układanie glazury, biały montaż, inne roboty wykończeniowe)

ŚCIANKI DZIAŁOWE, SUFITY PODWIESZANE
SUCHE TYNKI
GIPSOWANIE
USŁUGI MALARSKIE

Fachowo i sumiennie!

Poznań - Ławica
email: andrzej.szalamacha@gmail.com **tel. 601-770-642**

KOMPLEKSOWE USŁUGI INSTALACYJNO-BUDOWLANE

WYCENA GRATIS!

INSTALACJE WOD-KAN, CO I GAZ
SERWIS KOTŁÓW GAZOWYCH
OGRZEWANIE PODŁOGOWE
REKUPERACJA
POMPY CIEPŁA
REMONTY KOTŁOWNI
INSTALACJE SOLARNE
PROJEKTOWANIE

USŁUGI BUDOWLANE
INSTALACJE ELEKTRYCZNE
MALOWANIE,
SZPACHLOWANIE
MONTAŻ PANELI
UKŁADANIE PŁYTEK
SUFITY PODWIESZANE

ATRAKCYJNE CENY Tel. 501 590 143
e-mail: buderusmichal@op.pl

serwis iHave

Serwis telefonów komórkowych w Twojej okolicy!

Pękła szybka? Bateria słabo trzyma? Twój telefon nie działa jak należy? A może laptop wolno działa? Poszukujesz akcesoriów wysokiej jakości?

Sprawdź nas!

Oferujemy:

- wymianę baterii
- wymianę ekranu
- wymianę gniazda ładowania
- naprawy programowe także w laptopach
- oraz wiele innych napraw
- sprzedaż akcesoriów

ul. Obornicka 309 tel. 576 820 728
WEJŚCIE Z TYŁU BUDYNKU - DOMOFON NR 2

PROTEZY ZĘBOWE

- **Całkowite** (lekkie, dobre przysysanie),
- **Częściowe**: tworzą różowe, przezroczyste (przeciwalegiczne, klamrowe, bezklamrowe),
- **Szkieletowe**: podniebienie sztuczne zredukowane do minimum, lekki metal i tworzywo,
- **Protezy na miękkim podłożu, elastyczne**: na dziąsła wrażliwe lub zanikłe, zmniejszają ucisk, polepszają przysysanie,
- **Mikroprotezy** (do 2 zębów),
- **Naprawy protez**
- **ZĘBY: WYSOKA ESTETYKA, TWARDOŚĆ**

Poznań-Smochowice, ul. Sianowska 77 wt. i czw. 16:00-20:00 tel. 518 268 039 po 14:00

STOLARSTWO

SCHODY · SZAFY WNEKOWE
DRZWI · KUCHNIE · DOMKI
KONSTRUKCJE DREWNIANE

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



USŁUGI REMONTOWE

- * malowanie
- * szpachlowanie
- * układanie płytek
- * panele
- * płyta GK
- * tapetowanie

tel. 515 550 833 - SPEC KÄRCHER



MEBLOFORM INDECO®
wygodne mieszkanie

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

Ul. Żytia 7, 62-081 Wysogotowo
tel: 698 626 071, tel: 604 176 013

Gabinet Stomatologiczny
lek.stom. - D. Barczyńska



rejestracja telefoniczna
od pon. - śob.

Szeroki zakres usług:

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

ul. Grunwaldzka 50
tel. 601 886 019

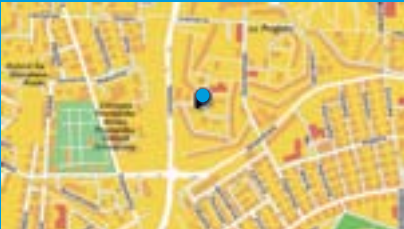
LARYNGOLOG

Dr n. med.
Dorota Miętkiewska - Leszniewska

Płukanie 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, wyłuszczenie kaszaka i włókniaka.

Gabinet laryngologiczny:
os. Przyjazni 142, pawilon 142
(wjazd od ul. Mieszka I, za blokiem nr 13)

Konsultacje laryngologiczne przez cały tydzień



tel. 606 336 975

- Profilaktyka • Leczenie • USG
- Zabiegi chirurgiczne
- Badania laboratoryjne
- Czipowanie • Paszporty
- Strzyżenie • Zabiegi kosmetyczne

GABINET WETERYNARYJNY
Kiekrz, Chojnicka 56 tel. 537-765-865

ŁODÓWKI

Najtańsze w Wielkopolsce
naprawy łodówek i zamrażarek
pralek i zmywarek w domu klienta.
Bezpłatny dojazd, wszystkie typy.

696 017 449
Sprzedaż używanych urządzeń chłodniczych (sklepowych, gastronomicznych)

WWW.NAZDROWIE-HOLISTYCZNIE.PL



HIPNOZA I HIPNOTERAPIA
Katarzyna Polak

PRZEŻMIEROWO, UL. BORÓWKOWA 19A
723 444 837

POMOC W PRZYPADKU DEPRESJI, NERWICY, STANÓW LĘKOWYCH, TRAUM, NIEPOKOJU, BÓLU PRZEWLEKŁEGO, DOLEGLIWOŚCI PSYCHOSOMATYCZNYCH, ROZWOJU OSOBISTEGO-ASERTYWNOŚĆ, POZUCIE WŁASNEJ WARTOŚCI

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

MASAŻ

BODY BALANCE



bodybalance.booksy.com
facebook.com/BodyBalanceMasaz

Poznań - Smochowice ul. Człuchowska 30
505 439 411

Gabinety Medyczne novina

FIZJOTERAPEUTA
DERMATOLOG
ENDOKRYNOLOG Z USG
KARDIOLOG Z EKG I ECHO
NEFROLOG
NEUROLOG
ORTOPEDA Z USG
PSYCHIATRA
REUMATOLOG Z USG

info@gabinety-novina.pl
www.gabinety-novina.pl
ul. Nowina 12A, 60-589 Poznań
tel. 61 84 11 100, 665 505 606



STOMATOLOGIA
BĄKOWSCY
ul. Zakopiańska 91

- STOMATOLOGIA ZACHOWAWCZA
- STOMATOLOGIA ESTETYCZNA
- PROTETYKA
- CHIRURGIA IMPLANTY
- ORTODONCJA
- RTG PANORAMICZNE

Pn-Pt - 10:00-19:00
www.stomatologiabakowscy.pl
Tel. 61 822 12 87



W ofercie masaże :
Lecznicy Powięziowy MER
(mięśniowo powięziowe rozluźnianie energetyczne)
Ajurwedyjskie Orientalne Access Bars

Masaże twarzy:
Kobido • Gua Sha • BelViso

OPIEKA 24h W DOMU

Firma z kilkuletnim doświadczeniem zapewnia opiekę 24h w domu nad osobami starszymi, niesamodzielnymi. Poznań i okolice do 50km.

Specjalizujemy się w opiece:

- dziennej
- okazjonalnej
- całodobowej
- długoterminowej

Możliwość prowadzenia domu.

Posiadamy wykwalifikowaną kadrę, która z sercem podchodzi do każdego podopiecznego. Oferujemy konsultacje medyczne, rehabilitację oraz transport.

tel. 508-254-545



coolDent

Stomatologia
Protetyka
Chirurgia
Implanty
Mikroskop
Tomografia 3D
Wybielanie zębów



Poznań
ul. Strzeszyńska 102
732 710 710
cooldent.com.pl

Gabinet kosmetyczny Maja

MANICURE
PEDICURE
MASAŻ KOBIDO
HENNA ZWYKŁA I PUDROWA
ZABIEGI PIELĘGNACYJNE TWARZY
MIKRODERMABRAZJA
TERAPIA MIKROIGŁOWA
KWAS TRÓJCHLOROOCETOWY
KURACJA RETINOLEM

Promocje Karnawałowe

Manicure + Pedicure + Henna Brwi i Rzęs
Masarz twarzy gratis! **170zł**

Manicure Hybrydowy + Henna Pudrowa
Masarz twarzy gratis! **150zł**

Mikrodermabrazja + kwas migdałowy
Masarz twarzy gratis! **150zł**

Manicure Hybrydowy + kwas migdałowy
Masarz twarzy gratis! **150zł**

Masaż Kobido **200zł**

Przy zakupie czterech zabiegów, masaż kobido z 180zł!
Przy większej ilości zabiegów indywidualne promocje!

Zapraszam do zapisów!
Maja Dymek

Czynne pn.-pt. 10.00-18.00
tel. 694-366-576
Smochowice ul. Polanowska 165



Jak sprzedać nieruchomość

Każdego dnia na portalach nieruchomościowych pojawiają się nowe ogłoszenia. Internet raz na zawsze zmienił sposoby wyszukiwania wymarzonego domu czy mieszkania. Nie ruszając się z fotela można przejrzeć setki nieruchomości, przejść się wirtualnie po pomieszczeniach i obejrzeć każdy detal. Nowe narzędzia do promocji i pokazywania ofert ułatwiły kupującym wstępna selekcję i wybranie z pośród mnóstwa nieruchomości tych, które zechcą obejrzeć „na żywo”. Mówiąc w skrócie: mają wybór i chętnie z niego korzystają. Ofert nieruchomości przybywa, a klientów mających gotówkę czy zdolność kredytową jest zdecydowanie mniej. Obecnie to właśnie klient posiadający środki na koncie jest w uprzywilejowanej pozycji i może stawiać warunki. Zatem oferując nieruchomość do sprzedaży warto się wyróżnić na tle konkurencji i dobrze się przygotować do procesu sprzedaży.

Co możesz zrobić żeby Twoja oferta zwróciła uwagę i nie zginęła w gąszczu pozostałych? Dawno temu ktoś powiedział, że reklama jest dźwignią handlu, jest w tym sporo racji. Dziś by coś sprzedać, należy skutecznie dotrzeć z ofertą i przedstawić ją jak największemu gronu zainteresowanych kupnem. Dotyczy to również nieruchomości. Sam fakt stosowania reklamy to za mało, przede wszystkim musi być ona przemyślana i skuteczna. Zanim więc „wrzucisz” ofertę do sieci poświęć trochę czasu na przygotowanie planu i strategii. Plan sprzedaży uporządkuje działania mające na celu transakcję. Zacznij od określenia celu sprzedaży, przeanalizuj rynek, ustal cenę ofertową, określ profil swojego Kupca i zaplanuj działania promocyjne, pamiętaj również o monitorowaniu lokalnego rynku.

1. Przygotuj nieruchomość do sprzedaży (o tym na co warto zwrócić uwagę pisałam już w poprzednich artykułach).

2. Zrób skuteczny opis nieruchomości. Pamiętaj o tym, że w Internecie większość użytkowników nie czyta tylko skanuje tekst. Znaczy to, że internauta zapoznaje się z tekstem wybiórczo. Wymusza to dokładne przemyślenie struktury tekstu. Jeśli chcesz, żeby Twoja oferta była czytana zaprojektuj tekst przyciągający uwagę. Pamiętaj, że przeglądając ofertę w Internecie czytamy zaledwie ok. 20% treści, natomiast przy tekście poniżej 111 słów wskaźnik ten rośnie do 50%. Nie rozpisuj się zatem.

- Umieść kluczowe informacje (cena, lokalizacja, opis, nietuzinkowy tytuł)
- Wyróżnij słowa kluczowe (stosuj pogrubienie, inną czcionkę..)
- Unikaj zbitych zdań, stosuj akapity na max 4-5 linijek, „nie lej wody”
- Wyłącz Caps Lock (duże litery odbierane są jak krzyk)
- Stosuj śródtytuły i wyliczenia, pisz zwięźle, konkretnie, używaj prostego języka
- Unikaj strony biernej, postaw na krótkie zdania to zdynamizuje tekst i będzie on przyjemniejszy w odbiorze

3. Wyróżnij się na tle konkurencji- zdjęcie to wizytówka Twojej oferty

Nawet najlepszy opis nie zastąpi zdjęć. Jeśli zadbaj o dobrą jakość, wyraźne i estetyczne zdjęcia przyciągną uwagę! I o to chodzi, by wyróżnić się z pozostałych ofert w Twojej okolicy o podobnej cenie. Przygotuj pomieszczenia do sesji, jeśli masz dom, zadbaj również o wygląd zewnętrzny.

- Wykorzystaj światło i odpowiednią porę dnia, nie rób zdjęć po zmroku
- Odpowiednio kadruj ujęcia, kontroluj wysokość zdjęć, korzystaj ze statywu
- unikaj zdjęć „z lotu ptaka” i obiektywu „rybie oko”
- poziome kadry pokażą więcej, nie ucinaj i nie wielaj zdjęć
- nie umieszczaj ludzi i zwierząt na zdjęciach

Moi Klienci na pierwszym spotkaniu często pytają dlaczego nie robisz zdjęć? Odpowiadam wówczas, że specjalizuję się w sprzedaży nieruchomości ale nie jestem fotografem. Dlatego do promowania swoich ofert zatrudniam fachowca, który gwarantuje profesjonalne zdjęcia.

4. Promuj się w Internecie i nie tylko

Oferta po publikacji bardzo szybko spada z pierwszych stron portali ze względu na dużą liczbę nowych ogłoszeń i opcji promowania. Dziś sama publikacja ogłoszenia w Internecie to za mało. Użytkownik ma do wyboru około 300 portali nieruchomości ale na który się zdecydować? Gdzie warto promować ofertę by osiągnąć swój cel? Każdy z portali rządzi się swoimi prawami i przyciąga określoną grupę docelową. Najbardziej popularne portale wymagają nieustannego podbijania oferty co wiąże się z dodatkowymi opłatami za jej promowanie, aby była widoczna dla potencjalnych kupców. Jak widzisz samo wrzucenie do sieci to za mało, musisz śledzić swoją ofertę każdego dnia!

Kolejną formą promocji Twojej oferty to Social Media. Zainwestuj w reklamę, niech informacja o tym, że oferujesz nieruchomość dotrze do jak największej grupy odbiorców

Promowaniu nieruchomości powinny towarzyszyć zdjęcia i filmy przy ofercie. Warto pamiętać, że oferty z prezentacją na YouTube są chętniej oglądane przez poszukujących.

Jeśli oferujesz działkę albo dom w urokliwej okolicy rozważ użycie drona by kupujący mógł poczuć atmosferę nieruchomości jeszcze zanim zdecyduje się na prezentację. Sprawdzają się również broszury promujące nieruchomości i kolportowane do grupy docelowej, banner na nieruchomości, pozycjonowanie w Google, email marketing, linki kierujące na ofertę, reklama informująca o „open house” itp.. Możliwości jest wiele.

Jakich narzędzi marketingowych powinno się użyć zależy od tego co oferujesz, i do jakiej grupy docelowej chcesz dotrzeć.

Najczęstsze błędy

- Brak planu sprzedaży
- Wystawianie oferty na „próbną sprzedaż” (nie sonduj w ten sposób rynku, wpłynie to negatywnie na wizerunek nieruchomości i obniży jakość oferty)
- Zgłoszenie oferty do wielu biur pośrednictwa. Skutek to spadek wiarygodności, atrakcyjności oferty oraz poziomu obsługi
- Inwestowanie w nieruchomość bez wstępnej analizy opłacalności tego przedsięwzięcia
- Nie podanie ceny w ofercie
- Słaba promocja oferty

Fakty

- Nie ma nieruchomości niesprzedawalnych
- Jeśli Twoja oferta nie zostanie dobrze pokazana w internecie, nikt nie obejrzy jej w rzeczywistości
- Upływ czasu związany ze sprzedażą nieruchomości jest wprost proporcjonalny do obniżenia zainteresowania ofertą
- 95% zawartych transakcji rozpoczyna się od znalezieniu oferty w internecie
- Tylko dobrze przygotowane i wypromowane oferty cieszą się największym zainteresowaniem
- Pieniądże zainwestowane w profesjonalnego agenta, który zajmie się marketingiem i promocją zawsze będą mniejsze, niż pieniądze, które stracisz, jeśli będziesz zmuszony do obniżki ceny w wyniku negocjacji

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



**PRZEGLĄDY
KOTŁÓW GAZOWYCH**

Rafał Majchrzak
tel. 665 13 13 75



KLIMATYZACJA
DOMY • MIESZKANIA
BIURA • SKLEPY • FIRMY
SPRZEDAŻ I MONTAŻ

mail: biuro@superclima.pl
tel: 692-492-268

**PROFESJONALNE USŁUGI
DEKARSKIE**



- KONSERWACJA I MIEJSCOWE NAPRAWY DACHÓW
- NAPRAWA DACHÓW Z PAPY
- PRZEGLĄDY OKRESOWE DACHÓW
- DOCIEPLANIE DACHÓW STYROPAPĄ
- KRYCIE BALKONÓW I TARASÓW
- USŁUGI BLACHARSKO-DEKARSKIE

tel: 792 942 766 / 732 777 944
email: dr.dachWalkowiak@gmail.com

**USŁUGI
REMONTOWO-BUDOWLANE**

Malowanie, tapetowanie
Montaż paneli
Układanie płytek
Płyty GK, Sufity podwieszane
Montaż drzwi i okien
Instalacje elektryczne
Instalacje WOD-KAN, CO i GAZ

tel. 602-370-190

**Usuwanie
Awarii
KANALIZACJI**

Oferujemy:
Udrażnianie kanalizacji deszczowej i sanitarnej metodą
- wysokociśnieniową
- mechaniczną

**Kontakt:
601 - 574 - 931
512 - 030 - 851**



LOKGAZ sp. z o.o.
Lusówko, ul. Jankowicka 7a
Tel. 61 8147 419, 508 229 552
biuro@lokgaz.pl, www.lokgaz.pl

Oferujemy:

Prace projektowe:
- projekty wewnętrznej instalacji gazowej
- projekty organizacji ruchu
- projekty sieci oraz przyłączy wodnych i kanalizacyjnych

Prace budowlane:
- sieci wodociągowe
- przyłącza wody
- przyłącza kanalizacyjne
- instalacje gazowe

**USŁUGI
ŁADOWARKĄ
TELESKOPOWĄ**

18m

608 013 589



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



**Malowanie
Szpachlowanie
Panele
Układanie płytek**

600 45 37 27
15 lat doświadczenia

Ewa Manthey
Doradca ds. nieruchomości
Międzynarodowego biura



787 006 777



KURCZAK Z ROŻNĄ
WRAZ Z DANIAMI KUCHNI DOMOWEJ
obiady także dla firm

• Kurczak z rożną
• Pierogi
• Gotówki w sosie pomidorowym

tel. 693-58-46-58
pon-pt: 12.00-19.00
sob: 11.00-15.00

Poznań, Obojska 327 (obok stacji benzynowej Shell)
dawniej ul. Strzeszyńska 306

EKOLOGICZNE CZYSZCZENIE ODDZIEŻY

- 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

Poznań, 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

ROBPOL ul. Sprzeczna 1, Suchy Las
608 014 136

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

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

SERWIS - MONTAŻ
ANTENY
SATELITARNE
NAZIEMNE DVBT

511 611 997

USŁUGI ELEKTRYCZNE

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

WOJCIECH BUTOWSKI
tel. 693-162-698

AKUMULATORY I PROSTOWNIKI
DARMOWY MONTAŻ I DIAGNOSTYKA

DOSTAWCY PRĄDU

UL. RYNKOWA 1
62-081 PRZEŻMIEROWO
PN. - PT. 8-18 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

HANDSCHUH DENTAL CLINIC
NOWE CENTRUM STOMATOLOGII na Ławicy

Z pasji do naszej pracy i umiłowania piękna wraz z synem stworzyliśmy nowoczesną klinikę stomatologiczną, w której leczenie na najwyższym poziomie łączymy z troską i indywidualną opieką nad każdym pacjentem.

Dorota i Jakub Handschuh

U nas znajdziecie Państwo:

- Wysokiej klasy sprzęt stomatologiczny
- Pełen zakres usług na najwyższym poziomie
- Bezbolesne, komputerowe znieczulanie
- Komfortowe, stylowe wnętrza
- Miłą i przyjazną atmosferę

Zapraszamy
od poniedziałku do piątku w godz. 9:00 - 19:00

Poznań ul. Żłobowska 34
hndentalclinic.pl tel. +48 570 09 09 06

ODZYSK H2O

MONTAŻ SYSTEMÓW NAWADNIANIA OGRODU Z WYKORZYSTANIEM WODY OPADOWEJ

506 122 506

BRUDNA ROBOTA
Aleksander Zaporowski

POGOTOWIE KANALIZACYJNE

- MYCIE I MALOWANIE ELEWACJI
- MYCIE PANELI FOTOWOLTAICZNYCH
- KONSERWACJA DACHÓW
- OGRODZENIA
- TERENY ZIELONE

506 122 506
www.brudna-robota.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

AUTO GUMA
SPRZEDAŻ I WYMIANA OPON
SAMOCHODOWYCH I MOTOCYKLOWYCH
KOMPLEKSOWA REGENERACJA FELG

tel. 607 122 521
www.auto-guma.poznan.pl
poniedziałek-piątek 9:00-17:00
Poznań-Smochowice ul. Polanowska 163

textileshop.pl

MATERIAŁY DO SZYCIA
PASMANTERIA
WARSZTATY SZYCIOWE
REKODZIEŁO

SKLEP STACJONARNY
ul. Rynekowa 73a
Przeźmierowo k. Poznania

textileshop.pl
textileshop.pl
+48 606 688 903
hello@textileshop.pl
www.textileshop.pl

SALON PIELĘGNACJI PSÓW
psi urok

Oferujemy usługi w zakresie kompleksowej pielęgnacji zwierząt:

- strzyżenie
- trymowanie
- kąpiele
- pielęgnacja oczu, uszu i pazurków
- dobór profesjonalnych kosmetyków
- usuwanie kamienia i czyszczenie zębów bez stosowania narkozy u psa

tel. 660 544 543
ul. ZAKOPIAŃSKA 106
POZNAŃ
www.psiurok.poznan.pl

NOWO OTWARTY SALON NA PODOLANACH

70 LAT TRADYCJI



KOŚCIERZYŃSKA 30

727 430 480

MATERNADENTAL.PL

CENTRUM STOMATOLOGII NA SMOCHOWICACH

METAMORFOZY UŚMIECHU

STOMATOLOGIA ZACHOWAWCZA

ESTETYCZNA CHIRURGIA







AUTO-SZYBY VARIA

SPRZEDAŻ - MONTAŻ

Tel. 602 693 657

Ul. Dąbrowskiego 129

www.szybysamochodowepoznan.pl

NAJWIĘKSZY WYBÓR W POZNANIU

NAGROBKI GRANITOWE

ul. Dąbrowskiego 139
(przed pętlą tramwajową Ogrody)

61 8436 237 781 999 551

www.nagrobki-wicherek.pl

USŁUGI KRAWIECKIE



dopasowywanie odzieży

skracanie • zwężanie

wszywanie zamków

obszywanie firan i zasłon

Zakład czynny :

wtorek - czwartek : 9 - 15

piątek : 9 - 16

sobota : 9 - 13

Poznań, Generała Maczka 15

FACHOWO I TERMINOWO



Zniżki w OC i AC do 70%

UBEZPIECZENIA SOBKOWIAK



Zadzwoń by poznać ofertę! 730 268 533
lub napisz: sobkowiak.ubezpieczenia@gmail.com

ul. Lubiatowska 1, 60- 439 Poznań [Obok Chaty Polskiej]



DRUKUJ z nami!

plakaty, banery,

naklejki, koszulki

www.GRAF7A7.com

ul. Włeczorynki 27

tel. 603 187 080

NAPRAWIAMY SŁUCZKI WSZYSTKICH FIRM

Serwis-naprawa-montaż słuczek



tel: 573 089 009






SILVA

PARK HANDLOWY

Zapraszamy NA ZAKUPY W

kik

DEICHMANN TEDI

Dealz VIKINGA sinsay

ul. Obornicka 140 Suchy Las



CZYSTO - TANIO - FACHOWO

USŁUGI REMONTOWO-BUDOWLANE



- MALOWANIE, TAPETOWANIE
- SZPACHLOWANIE
- PŁYTY GK, SUFITY PODWIESZANE
- PANELE PODŁOGOWE
- MONTAŻ, OSADZANIE DRZWI I OKIEN
- PRACE INSTALACYJNE WOD.KAN I C.O.

☎ 604 454 899