



TSUE o żądaniach banków wynagrodzenia za korzystanie z kapitału str. 4
 Czy wyjście z roli ofiary się opłaca? str. 9
 Od Rady Osiedla Podolany str. 11
 Podpisanie umowy na budowę szkoły na Strzeszynie str. 12
 Rusza Lato na Madalinie str. 12
 Zakup mieszkania „pod wynajem” - co warto sprawdzić str. 14
 Cykl letnich koncertów #NaFalach str. 18

Fachowcy w Mieście

ISSN 2300-7273

www.fb.com/fachowcywmiescie/

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

Życzymy udanych wakacji

UBEZPIECZENIA
 Dla Klientów porady prawne - Gratis
 OC AC * NNW * FIRM * NA ŻYCIE 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 RYCIE 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 oprawkę
 rabat na okulary progresywne

Umów się na **BEZPŁATNE BADANIE WZROKU**

UL. SZKOLNA 2B ROKIETNICA
 ☎ 696 696 332

NOWY RYNEK 5 SUCHY LAS
 ☎ 696 696 280

**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

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;
 skracanie formowanie drzew;
 usuwamy korzenie;
 wykonujemy usługi ogrodnicze;
 usługi rębakiem do 10 cm średnicy gałęzi;
 używamy technik alpinistycznych lub podnośnika;

WYCINKA DRZEW
511 284 420

MAŁOWANIE
 szybko i solidnie

10% zniżki dla seniorów

608 778 112

DREWNO KOMINKOWE

SPRZEDAŻ:
 drewna kominkowego i opałowego
 Dąb, buk, jesion, grab, olcha, brzoza, osika, sosna,
 świerk oraz gałęziówka liściasta iglasta.
 Drewno w postaci wałków 120cm, kłocków lub rąbane.

PRODUKCJA:
 faszyzna, 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**

POLECAMY:
KAWY
HERBATY
KOKTAJLE
SMOOTHIESY
CZOKOLADY
DESERY
NAPOJE
DANIA KUCHENNE



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

Poznań, ul. Wojskowa 1
tel. 665 025 873

INSTAL-KLIMA
BARTOSZ BARANOWSKI

KLIMATYZACJA
MONTAŻ
SERWIS
NAPRAWA



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

tel. 785 915 492

JESTEŚMY OTWARCI!

**CZYSZCZENIE
CHEMICZNE**

MAGIEL
PRANIE WODNE
PRASOWANIE ODZIEŻY

EKO-PRALNIA

USŁUGI KRAWIECKIE

tel: 507 067 176 ul. Rynkowa 88

ALARMEX

klimatyzacja
automatyka do bram
bramy garażowe
systemy alarmowe
domofony

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

NOWO OTWARTY WINE BAR
NA PODOLANACH ZAPRASZA!



godz. otwarcia: wt.-czw. 17-23.00 pt.-sob. 17-00.00 niedz. 15-20.00

Poznań, ul. Strzeszyńska 269A tel. 690-812-522

AUTA KOZŁOWSKI
Przeźmierowo ul. Ogrodowa 86

Mechanika samochodowa - pełen zakres usług
Auto zastępcze na czas naprawy
Klimatyzacja - pełen serwis
Diagnostyka komputerowa
Ozonowanie
Sprzedaż aut używanych
Autolaweta



tel. 609 470 998

KALORYFERY GRZEJNIKI
MARKOWE NOWE I UŻYWANE

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

500 200 478
61 8 193 076

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

ANTENY **ADA**
SUPERWIZJA

TELEWIZORY
DEKODERY
MONTAŻ
SERWIS RTV

501 791 623

Poznań - Smochowice ul. Lęborska 46

Przychodnie MedPolonia to placówki oferujące usługi medyczne w zakresie diagnostyki, leczenia oraz profilaktyki.

W przychodni przy ul. Obornickiej 262 oferujemy:

- ponad 30 konsultacji specjalistycznych
- punkt pobrań
- RTG i Holter EKG i RR, USG, EEG, EKG, OCT
- pełen zakres usług ambulatoryjnych i pielęgniarstkich

KONTAKT
Call center: tel. 61 66 43 300

Szpital MedPolonia specjalizuje się w operacjach z zakresu:

- ortopedii
- laryngologii u dzieci i dorosłych
- chirurgii u dzieci i dorosłych
- chirurgii naczyniowej
- ginekologii
- okulistyki
- neurochirurgii
- urologii

oraz

- kompleksowej diagnostyki zdrowia
- endoskopii przewodu pokarmowego

KONTAKT
Dział Koordynacji Hospitalizacji: tel. 505 759 783, 513 097 415

PRZYCHODNIE MEDPOLONIA:

AOS GINEKOLOGIA
ul. Staroleńska 42, Poznań
tel. 61 22 75 810

AOS UROLOGIA, NEUROLOGIA
ul. Blacharska 2, Poznań
tel. 61 66 43 339

AOS CHIRURGIA OGÓLNA
ul. Obornicka 262, Poznań
tel. 61 66 43 300

Podstawowa Opieka Zdrowotna
w ramach :

NFZ
Narodowy Fundusz Zdrowia

LEKARZ RODZINNY
PIELĘGNIARKA

ul. Staroleńska 42, Poznań
ul. Blacharska 2, Poznań

med **POLONIA**
GRUPA LUXMED

medpolonia.com.pl

CANAL+ ONLINE

OGLĄDAJ
NA ŻYWO, NA ŻYCZENIE,
KIEDY CHCESZ!

JUŻ OD **29** ZŁ/MIES.

CENA PO ZŁOŻENIU 3 ZŁ/MIES. ZA 2000 ZŁ MARKETINGOWE

- BEZ KOSZTÓW INSTALACJI I ANTENY
- PRZEZ INTERNET

Podana cena dotyczy Pakietu CANAL+ SERIALE i FILMY z FUN&NEWS w ofercie bez CANAL+ BOX 4K.
Oferta i Warunki Promocji dostępne w Punktach Sprzedaży CANAL+ - Umowa na 24 miesiące.
Stan informacji na dzień 01.06.2023 r.

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

CAR WASH plus
MYJNIA SAMOCHODOWA

- czyszczenie, konserwacja skór
- pranie tapicerki
- polerowanie



Szarych Szeregów 23
Poznań - Podolany
vis a vis Lidla

tel. 692-651-992

**SKUP
SAMOCHODÓW**

OSOBOWE DOSTAWCZE
MOTORY

692 651 992

na Zdrowie
HOLISTYCZNE

Access bars
Aromaterapia
Bańki
Hipnoza i hipnoterapia
Refleksologia

Katarzyna Polak

723 444 837

Przeźmierowo, ul. Borówkowa 19a
Rokietnica, Migdałowa 30/2

ODDYCHASZ.PL

SKLEP MEDYCZNY

REALIZACJA WNIOSEKÓW NFZ

- produkty chłonne
- leczenie bezdechu sennego
- ortopedia i rehabilitacja
- cewniki do odsysania i urologiczne

- Szeroki asortyment wyrobów i urządzeń medycznych
- Wynajem sprzętu medycznego (m. in. koncentratory tlenu, łóżka rehabilitacyjne)

ul. Strzeszyńska 33, 60-479 Poznań
Telefony: 516 422 334, 61 866 74 82
E-mail: sklep@oddychasz.pl

ODDYCHASZ.PL

Neapolis Pizza

PIZZA NEAPOLITAŃSKA

ZAPRASZAMY

WT.- SOB. 13.00-21.00
ND. 14.00-20.00

NEAPOLISPIZZA58
NEAPOLIS-PIZZA

TEL. 880 411 488
UL. CHOJNICKA 58

ZAMÓWIENIA Z DOSTAWĄ
LUB ODBIÓR WŁASNY

ILONNHOTEL
POZNAN

WINE GARDEN
OGRÓD CALOCROCHNY

REZERWACJE: 530 914 393
RESTAURACJA / IMPREZY OKOLICZNOŚCIOWE / KONFERENCJE

Gabinet kosmetyczny Maja

MANICURE, PEDICURE
MASAŻ KOBIDO
HENNA ZWYKŁA I PUDROWA
ZABIEGI PIELĘGNACYJNE TWARZY
MIKRODERMABRAZJA
TERAPIA MIKROIGŁOWA
KWAS TRÓJCHLOROOCETOWY
KURACJA RETINOLEM
NOWOŚĆ!!!
OXYBRAZJA
OCZYSZCZANIE WODOROWE
RADIOFREKENCJA MIKROIGŁOWA

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

TSUE o żądaniach banków wynagrodzenia za korzystanie z kapitału - Banki nie mają do tego prawa !!!

Trybunał Sprawiedliwości Unii Europejskiej w dniu 15 czerwca 2023r. wydał wyrok w sprawie C-520/21 dotyczącej wynagrodzenia za korzystanie z kapitału – wartości kredytu.

TSUE orzekł, że zapisy dyrektywy 93/13 należy interpretować w ten sposób, że: - nie stoją one na przeszkodzie by konsument mógł żądać od instytucji kredytowej rekompensaty wykraczającej poza zwrot miesięcznych rat i kosztów zapłaconych z tytułu wykonania tej umowy oraz poza zapłatę ustawowych odsetek za zwłokę od dnia wezwania do zapłaty, - stoją one na przeszkodzie, by instytucja kredytowa mogła żądać od konsumenta rekompensaty wykraczającej poza zwrot kapitału wypłaconego z tytułu wykonania umowy kredytowej oraz poza zapłatę ustawowych odsetek za zwłokę od dnia wezwania do zapłaty.

TSUE uznało, że żądanie przez banki wynagrodzenia za korzystanie z kapitału „przyczyniłoby się do wyeliminowania odstraszającego skutku wywieranego na

przedsiębiorców. Nadto, „zgodnie z zasadą nemo auditur propriam turpitudinem allegans (powołujący się na własny występ nie będzie wysłuchany) nie można dopuścić do tego by strona czerpała korzyści gospodarcze ze swojego niezgodnego z prawem zachowania, ani do tego by otrzymała odszkodowanie za niedogodności nim wywołane”. Gdyby przyznać bankom prawo do wynagrodzenia za korzystanie z kapitału to „mogłoby to stworzyć sytuację, w których kontynuowanie umowy zawierającej nieuczciwe warunki byłoby bardziej korzystne dla konsumentów niż korzystanie z praw wynikających z dyrektywy”.

Orzeczenie i argumentacja TSUE jest dobitna i miażdżąca. Kredytobiorcy tzw. „frankowicze” wreszcie zyskali spokój i pełną stabilizację swojej sytuacji jeżeli ich umowy sądy uznają za nieważne w całości.

Ponadto, TSUE wskazał, że sąd nie może odmówić frankowiczom środka zabezpieczającego w postaci wstrzymania spłaty rat kredytu, jeśli jest to konieczne do zachowania

pełnej skuteczności orzeczenia. Należy przypuszczać, że takie postanowienia sądowe o zabezpieczeniu w postaci zawieszenia spłaty rat kredytu gdy nominalnie kwota otrzymanego kredytu jest już spłacona, będą po wyroku TSUE prawie pewne.

Dwa wyroku TSUE – z 2019r. i obecny – uregulowały niepewną sytuację tzw. „frankowiczów” oraz wytyczyły drogę interpretacyjną dla orzecznictwa polskich sądów.

Zatem już nic nie stoi na przeszkodzie frankowiczom by wytaczać procesy o unieważnienie umowy kredytowej jeżeli zawiera tzw. klauzule abuzywne, ryzyko zostało wyeliminowane.

radca prawny Magdalena Pauszek

MP MAGDALENA PAUSZEK
KANCELARIA RADCY PRAWNEGO

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

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

Turnusy sportowo językowe
nad J. Kierskim

LATO 2023

Program dla dzieci 7 - 12 lat

- Sporty wodne: KAJAKI I SUPY
codzienny ruch, fun i relaks :)
- Angielski codziennie
- WARSZTATY SUSHI
z prawdziwymi sushi masterami!
- WARSZTATY TEATRALNE "Survival sceniczny"
- WARSZTATY SENSORYCZNE i artystyczne
- Aktywności zręcznościowe: TRICKBOARD
- Zawsze dużo zabaw
w tym też muzycznych i kreatywnych
- 8:30 - 15:30, opieka dodatkowa 7:30-16:30
- Sierpniowe turnusy: WARSZTATY BILARDOWE!

Terminy:

LIPIEC: 3-7.07 oraz 10-14.07
SIERPIEŃ: 21-25.08 oraz 28.08 - 01.09

Cena: 789 zł

Good Time Best Results

Angielski:

- konwersacje i nauka wymowy
- grupy szkolne - treningi ulubione przez dzieci
- przygotowanie do egzaminów: 8 kl, matura, FCE
- animacje językowe już dla 4 latków

DOROŚLI MŁODZIEŻ DZIECI

Z nami uczysz się szybciej i efektywniej!

Sale zajęciowe: Poznań/Kiekrz
ul. Chojnicka 51 (blisko Regatta Spa)



KOMPLEKSOWE USŁUGI DEKARSKIE
PAPY TERMOZGRZEWALNE
TERMOIZOLACJA DACHU:
NADMUCHOWA
STYROPAPA
USZCZELNIANIE PRZECIEKÓW
NAPRAWA I MONTAŻ
ZADZWOŃ 605 451 499

ul. Kwiatowa 13,
62-081 Przeźmierowo
f /EkoTermBudWieslawMiszta

natalii
drukarnia etykiet



*W związku z rozbudową
zakładu o nową halę
produkcyjno- magazynową
drukarnia Natalii poszukuje
pracowników na stanowiska:*

- DUKARZY
FLEKSOGRAFICZNYCH
I OPERATORÓW MASZYN

- PRACOWNIKÓW
PRODUKCYJNYCH I MAGAZYNOWYCH

- KSIĘGOWĄ / KADROWĄ

- PANIĄ DO POMOCY W DZIALE KSIĘGOWYM

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

BIELIZNA NOCNA

piżamy
wiosna 2023

szlafroki:
męskie,
damskie,
dziecięce

27 lat
na rynku



Zapraszamy: Pn-Pt:10-17, Sob:10-14

Poznań, ul. Ściegiennego 47

tel: 61 662 03 76 (przy Cmentarzu Górczyńskim)

<https://www.facebook.com/Kolis-Bielizna-Nocna-748412141973352/>

MYCIE OKIEN
603 635 878
www.ekodom21.pl
SPRZĄTANIE
biur • domów • firm



- **pokrycia dachowe:**
dachówka, blachodachówka, papa
- **konstrukcje drewniane:**
tarasy, altany, wiaty, place zabaw
- **pozostałe usługi dekarские:**
montaż rynien, obróbki blacharskie
montaż okien i rolet dachowych
- **docieplanie poddaszy**

605 197 218

f JFJ Dachy mail: budowa_13@wp.pl

USŁUGI
ELEKTRYCZNE

- Kompleksowe wykonanie instalacji
- Usuwanie usterek
- Montaż urządzeń

USŁUGI
WYKOŃCZENIOWE

- Drobne remonty
- Przeróbki wod-kan
- Płytki
- Terakota
- Panele podłogowe

667 174 669

Agnieszka Juskowiak * tel. 505 528 144 * e-mail: biuro@fachowcywmiescie.pl

SPRZEDAJ ROWER
W DECATHLON SWADZIM

DECATHLON 2nd LIFE

ROWER GOTOWY NA WIOSNĘ?
ODWIEDŹ DECATHLON SWADZIM

-20% Z GAZETA

DECATHLON SERWIS

DECATHLON SPRAWIA SIĘ W SPORCIE

Agnieszka Juskowiak * tel. 505 528 144 * e-mail: biuro@fachowcywmiescie.pl

W tym pomoże Ci hipnoza:

- KONTROLA MASY CIAŁA
- LECZENIE ALERGI
- LECZENIE NERWIC, STRESU, AGRESJI
- LECZENIE DEPRESJI
- LECZENIE PANIKI, FOBII
- PROBLEMY MAŁŻEŃSKIE
- RUCHY UŚMIECHU
- PRZECIENIE PALENA, OPRZĄKNIENIE KAWYTYWY, KŁOSIENIE
- WEPARCIE PŁACZOWY
- RUCHY ZMIANIE PROBLEMÓW SENSUALNYCH

María Baranowska
Hipnoterapia

Zadbaj o swoje zdrowie mentalne!
Adres gabinetu: Poznań, ul. Ławica 2, II piętro
tel. 721025104

MASAŻ
BODY BALANCE

bodybalance.booksy.com
facebook.com/BodyBalanceMasaz

Poznań - Smochowice ul. Sianowska 106
505 439 411

W ofercie masaże :
Lecznicy
Powięziowy MER
(mięśniowo powięziowe
rozluźnianie energetyczne)
Ajurwedyjskie
Orientalne
Japońska Terapia:
Yumeiho i Kiko
Japońskie Masaże Twarzy

Zajęcia jogi

PROTEZY ZĘBOWE

- **Całkowite** (lekkie, dobre przysysanie),
- **Częściowe**: tworzywo różowe, przeźroczyste (przeciwalergiczne, kłamrowe, bezklamrowe),
- **Szkieletowe**: podniebienie sztuczne zredukowane do minimum, lekkie metal i tworzywo,
- **Protezy na miękkim podłożu, elastyczne**: na działka 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

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

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

coolDent
STOMATOLOGIA

Protetyka
Chirurgia
Implanty
Mikroskop
Tomografia 3D
Wybielanie zębów

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

Gabinety Medyczne novina

LEKARZE SPECJALIŚCI

- fizjoterapia
- logopeda
- dietetyk
- psycholog

NOWO OTWARTY
PUNKT POBRAŃ

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

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

Fachowcy w Mieście
Miesięcznik zachodniego Poznania

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

Motto numeru:
„Dla przeciwwagi wielu uciążliwości życia niebo ofiarowało człowiekowi trzy rzeczy: nadzieję, sen i śmiech.”
(Immanuel Kant)

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 niewiele wiemy. Na początek wieści z Podolan – sesja budżetowa Rady Osiedla Podolany zakończona uchwałą budżetową na 2024 r.; negatywna opinia wobec zamiaru zawieszenia linii autobusu nr 168; dezaprobaty wobec braku realizacji budowy ronda Jasielska / Zakopiańska / Druskiennicka oraz wkrótce rozpoczęcie II etapu budowy sieci wodociągowej przez Aquanet.

„Czy wyjście z roli ofiary się opłaca?” to kolejny ciekawy artykuł Małgorzaty Remlein, psycholog specjalizującej się w psychoterapii indywidualnej i psychoterapii par. Warto poświęcić czas na lekturę artykułu, który przedstawia liczne cechy ofiary, ich kontekst społeczny oraz życie i wyjście z roli ofiary.

Gorąco polecamy artykuł Ewy Manthey, doradcy ds. nieruchomości Międzynarodowego Biura RE/MAX Experts, pt. „Zakup mieszkania „pod wynajem” – co warto sprawdzić”. Zagadnienia wypunktowane i omówione w artykule z pewnością ułatwią wybór i kupno nieruchomości.

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

Czy wyjście z roli ofiary się opłaca?



Rola ofiary jest nabytą cechą tożsamości osoby, charakteryzującą się tendencją do uważania siebie za ofiarę wrogich czynów innych ludzi i podtrzymywania tego poglądu nawet w obliczu dowodów przeczących istnieniu takich okoliczności. Rozwój mentalności ofiary zależy od procesów rozumowania oraz tendencji do przypisywania i obwiniania innych ludzi za własne problemy. Wiele osób funkcjonujących w roli ofiary było ofiarami czynów innych osób i ponosili konsekwencje bez własnego wkładu odpowiedzialności w sytuację, w której się znaleźli. Jednakże takie sytuacje nie muszą koniecznie powodować powstania tego typu tożsamości podstawowym sensie, ofiarą jest każdy kto doświadcza urazu, utraty, lub cierpienia w efekcie jakiegoś wydarzenia lub serii wydarzeń. Negatywne doświadczenia nie są wystarczające do pojawienia się poczucia bycia ofiarą.

dalsza część na stronie 10

kontynuacja artykułu **Czy wyjście z roli ofiary się opłaca?**

Życie w roli ofiary

Ludzie mogą identyfikować się jako ofiary, jeśli w doświadczeniu ich interpretacji świata uważają, że zostali zranieni, a oni sami nie byli przyczyną powstania raniącej sytuacji. W sytuacjach społecznych nie mieli obowiązku zapobieżenia szkodzie, a problem zasadza się na niesprawiedliwym naruszeniu ich praw (przez inną osobę). Często osoby w roli ofiary obwiniają siebie za społecznie akceptowane pozytywne cechy jak na przykład zaufanie do ludzi czy dobroć. Samo wystąpienie szkodliwego zdarzenia nie jest wystarczające dla powstania poczucia bycia ofiarą. W tym celu potrzeba dodatkowo uważać szkodę za nieoczekiwaną, niesprawiedliwą i niemoralną, coś przed czym nie sposób było się uchronić. Osoba z mentalnością ofiary może też wierzyć, że jej życie jest serią wyzwań skierowanych specjalnie przeciwko niej i pod wieloma względami strasznych i poza jej kontrolą. To z powodu trudnych doświadczeń życiowych zasługuje na współczucie, a jak sama twierdzi ma zbyt małe możliwości lub ich w ogóle nie posiada, aby odmienić swój los, więc nawet nie będzie podejmować próby.

Cechy

Mentalność ofiary może manifestować się w szeregu różnych zachowaniach oraz sposobów myślenia i mówienia. Jedną z nich jest identyfikowanie innych jako przyczyny niekorzystnej sytuacji i pomijanie osobistej odpowiedzialności za własne życie i jego okoliczności. Ofiara może okazywać wzmożoną uwagę (nadmierną czujność) w obecności innych, być przeczulona na negatywne intencje ludzi. Często przyświeca jej wiara, że inni ludzie mają więcej szczęścia w życiu. Osoby te mogą też czuć ulgę czerpaną z litowania się nad sobą i oczekiwania współczucia od innych ludzi. Mentalność ta wiąże się z nastawieniem pesymistycznym do życia, uzalaniem się nad sobą i skrytym gniewem. Ludzie ci częstokroć układają przekonujące i złożone wyjaśnienia wspierające ich przekonania, by następnie użyć ich do wytlumaczenia sobie i innym danej sytuacji. Ludzie z mentalnością ofiary mogą również posiadać realistyczną ocenę swojej bieżącej sytuacji, jednak bez poświęcania uwagi i zainteresowania jej przyczynami. Często mają tendencję do introspekcji i twierdzenia, że mają szczególne prawa i okazują w związku z tym egoizm. Charakterystyczną postawą tych osób jest nastawienie obronne np. w rozmo-

wie odczytują negatywne intencje w neutralnych sprawach i reagują oskarżeniem, tworząc konflikt. W związku z tym, że unikają brania odpowiedzialności nie dopuszczają do wspólnego rozwiązywania problemów. To co przeszkadza im nawiązywać życzliwe relacje międzyludzkie to ocenianie i kategoryzowanie ludzi dzieląc ich na „dobrych” i „złych”, bez żadnej przestrzeni pomiędzy. Potocznie nazywamy to szufladkowaniem ludzi z przypisywaniem im negatywnych intencji. Osoby z postawą ofiary unikają przygód w życiu, charakteryzuje je wysoka sztywność reakcji i są ogólnie niechętnie do podejmowania nawet małego i skalkulowanego ryzyka podkreślając znaczenie i prawdopodobieństwo negatywnych skutków. W swoim zachowaniu wykazują wyuczoną bezradność nie doceniając swoich zdolności i wpływu na sytuację. Czują się bezsilni, często poniżają się ustawiając się na jeszcze gorszej pozycji, niż wynikałoby to z sytuacji i oceny innych ludzi. Mentalność ofiary może być też odzwierciedlona w manierach językowych, np.: w sygnalizowaniu bezsilności („nie mogę...”), okazywaniu braku możliwości wyboru („muszę...”, „nie mam wyboru...”), bierno-agresywnej uległości („nie wiem”, „ty zdecyduj”). Inne cechy mentalności ofiary obejmują dążenie do potwierdzenia, że są czyjąś ofiarą. To potwierdzenie jest konieczne, by wzmocnić podstawowe założenia na temat siebie oraz innych. Osoby z mentalnością ofiary spostrzegają się z perspektywy własnej wyższości moralnej i niemoralności drugiej strony, zarówno na indywidualnym, jak i grupowym poziomie. Na poziomie indywidualnym zwykle oznacza to czarno-białą wizję moralności i czynów. Osoba zaprzecza swoim agresywnym tendencjom i widzi siebie jako słabą i prześladowaną, a innych jako zagrażających oraz niemoralnych. W ten sposób ofiara podtrzymuje swój krystalicznie czysty wizerunek. Osoby te często potrafią wypunktować szkody czynione przez drugą stronę z wyższością. Swoją agresję uzasadniają jako etyczną obronę przed niemoralnym atakiem. Osoby funkcjonujące z tożsamością ofiary są skoncentrowane na własnym cierpieniu i nie są skłonne do zainteresowania się cierpieniem innych. Zwykle ignorują cudze cierpienie lub zachowują się samolubnie, reagując bez empatii. Ofiary poświęcają dużo uwagi swoim nieszczęściom, ale głównie ich przyczynom i skutkom, a nie możliwym rozwiązaniom.

Wyjście z roli ofiary

Tożsamość ofiary zatrzymuje człowieka w życiu hamując jego rozwój emocjonalny. Postawa ofiary może być związana z przeżytą traumą lub traumami w życiu jednostki. Osoba stosując ten mechanizm nieustannie jej doświadcza i za każdym razem odtwarza na nowo doznana w przeszłości traumę. W pracy nad sobą ważna jest realistyczna ocena przeżytych traum, pozwolenie sobie poznania własnych emocji i wyrażania ich w kontrolowany sposób. Pomocnym będzie też świadomy powrót do traumatycznych doświadczeń oraz nazywanie sprawców przemocy i krzywd, które wyrządzili. Jeśli osoba podejmie decyzję, by wyjść z roli ofiary poprzez wybaczenie sobie i innym oraz zaakceptuje sytuację, która ją do tego doprowadziła, symptomy stresu pourazowego i wrogości mają szansę zostać odreagowane. Niezbędnym jest nauczenie się zdrowego sposobu myślenia oraz nauka i praktykowanie asertywnej postawy w codziennym życiu. W pracy z psychoterapeutą można uzyskać zdrową relację, nauczyć się zdrowego myślenia bez wzmacniania szkodliwego sposobu interpretacji rzeczywistości oraz nauczenie się funkcjonowania w zdrowej więzi z sobą samym oraz innymi. Psychoterapia pozwala zrekonstruować swoją tożsamość, opłacać krzywdy i zbudować zdrowe poczucie własnej wartości. Najcenniejszym skutkiem psychoterapii jest nauczenie się brania odpowiedzialności za własne wybory potrafiąc dbać o własne potrzeby i granice stając się autorem własnego życia. Te metody dowiodły swej skuteczności w zmianie mentalności.

Małgorzata Remlein

Autorka tekstu jest psychologiem i psychoterapeutką. Prowadzi psychoterapię indywidualną osób dorosłych. Specjalizuje się w psychoterapii zaburzeń lękowych. Wspiera osoby w lepszym rozumieniu siebie, swoich emocji i zachowań, towarzyszy w budowaniu relacji opartych na szacunku i zaufaniu do siebie i do innych. W pracy psychoterapeutycznej odwołuje się do koncepcji terapii integralnej, która oprócz psychiki bierze pod uwagę także ciało oraz życie w „tu i teraz”. Miłośniczka terapii lasem. Korzystając z bezcennego wpływu natury na zdrowie i dobrostan człowieka swoim Klientom/Klientomw procesie zdrowienia proponuje kontakt z przyrodą, niezależnie od pory roku, pogody, wieku czy stanu zdrowia.

**Informacje – tel. 660-140-488
lub www.malgorzataremlein.pl**

OD RADY OSIEDLA PODOLANY

20 czerwca odbyła się sesja budżetowa Rady Osiedla Podolany. Na sesji pojawił się zaproszony gość – Strażniczka Miejska działająca na terenie Podolan – p. Sandra Sawczak (tel. 723 728 426). Radni przekazali najistotniejsze informacje dotyczące bezpieczeństwa i porządku na terenie osiedla oraz zgłosili wiele bieżących spraw. Dalsze dyskusje dotyczyły zadań na rok 2024 oraz proponowanych zmian w komunikacji miejskiej. Po dyskusji Rada Osiedla podjęła uchwałę budżetową na rok 2024. W tym roku zaplanowaliśmy środki m.in. na utrzymanie zieleni i infrastruktury, modernizację przystanków autobusowych oraz urządzeń w parkach i na skwerach, dodatkowe kosze na śmieci, doświetlenie przejść dla pieszych, chcemy też wykonać brakujący chodnik przy szkole. Przeznaczaliśmy również środki na Centrum Inicjatyw Lokalnych wspierające osiedlowe wydarzenia i działalność senioralną oraz na festyn osiedlowy. Rada Osiedla Podolany wyraziła negatywną opinię wobec zamiaru zawieszenia linii 168. Dziękujemy mieszkańcom za spontaniczne zbieranie głosów w tej sprawie – do 20.06.2023 zebrano ponad 1.700 głosów sprzeciwu.



Dzień później, 21 czerwca, podczas wizyty prezydenta Mariusza Wiśniewskiego na Osiedlu, przedstawiliśmy nasze stanowisko wobec planowanych zmian w komunikacji miejskiej władzom Miasta oraz dyrektorowi i pracownikom ZTM. Otrzymaliśmy obietnicę, że wnioski rady i mieszkańców zostaną wnikliwie przeanalizowane i że nadal korekty są możliwe, a termin wprowadzenia zmian nie jest jeszcze jednoznaczny. Dyrektor ZTM przyjął również nasze zaproszenie na spotkanie z mieszkańcami dotyczące tych zmian. Poruszyliśmy również trudne tematy dotyczące braku monitoringu na terenie osiedla oraz nie zrealizowanej dotychczas przez dewelopera, inwestycji drogowej – ronda Jasielska / Zakopiańska / Druskienicka. ZDM podjął procedury prawne w tej sprawie. Dziękujemy Panu Prezydentowi za przyjęcie zaproszenia, a pracownikom i dyrektorom służb miejskich za przyjazd na Podolany i merytoryczne rozmowy.



24 czerwca, dzięki uprzejmości dyrekcji Zespołu Szkolno-Przedszkolnego nr 15, odbył się koncert artysty Piotra Kuźniaka, mieszkającego na Podolanach już 33 lata. Warto wspomnieć, że Piotr przez wiele lat wspierał Radę Osiedla Podolany jako radny. Wszystkie bilety na koncert rozeszły się „jak świeże bułeczki”. Koncert zakończył się owacją na stojąco. Już wkrótce rozpoczną się prace Aquanetu w rejonie ulic Obornicka, ul. H. Szafran, ul. Szczawnicka, ul. Kartuska, ul. E. Raczyńskiego, ul. Kowarska, ul. Strzeszyńska, ul. Cieszkowskiego, ul. Kurpińskiego- budowa sieci wodociągowej na terenie Podolan (etap II). Harmonogram zakłada rozpoczęcie robót budowlanych w lipcu, jednak może nastąpić niewielkie opóźnienie. Planowane zakończenie robót to 27.12.2024, prace będzie wykonywała firma Kanwod (źródło: <https://www.aquanet.pl/inwestycja/>).

Elżbieta Sobkowiak, przew. Zarządu Osiedla Podolany



KLUB SENIORA

W dniu 16 czerwca 2023 roku, odbył się wernisaż wystawy pt. „4 pory roku”, który kończy projekt „Aktywni Seniorzy w Kulturze” realizowany w ramach konkursu ogłoszonego przez Wielkopolską Sieć Organizacji Pozarządowych „Działamy Razem”, sfinansowany przez Miasto Poznań. #poznawspiera. W projekcie wzięło udział 15 senierek z Podolan i zaprezentowano 72 pra-

ce, w tym malowane akrylem, akwarelą, na jedwabiu, w ołówku i kredce oraz uzupełniono kilkoma aniołami malowanymi na deskach.. Wernisaż odbył się w Galerii „Pod Arkadami” w Młodzieżowym Domu Kultury nr 1 w Poznaniu przy ul. Droga Dębińska 21, i zgromadził autorki prac oraz Dyrektora MDK, kierownika Galerii Bożenę Fibik-Beim, krytyka sztuki, Andrzeja Haegenbartha oraz licznie przybyli goście, rodziny i przyjaciele autorek prac, sympatycy kultury, wszyscy zachwyceni poziomem artystycznym prac oraz różnorodnością technik. Wystawie towarzyszył katalog. Gratulacje dla pań i podziękowania dla trenerki artystycznej, Małgorzaty Zgoła.

Seniorki w dniu 21 czerwca spotkały się z przedstawicielką Bioptronu, która prezentowała światłoterapię i szeroko omówiła zastosowanie bioptron. Panie i panowie byli żywo zainteresowani tematem. Wręczyła również zaproszenia na bezpłatne zabiegi oraz masaż do Gabinetu Naświetlań. Tego samego dnia, odbyło się spotkanie z podolańską poetką - panią Anną Stańkowiak, która snuła opowieści o swojej drodze artystycznej, swojej działalności społecznej i przeplatała te wspomnienia własną poezją. Seniorzy mieli okazję nabyć tomiki z wierszami artystki i zdobyć autograf Artystki.



Pracownia malarstwa i rysunku Klubu Seniora spotkała się w 23 czerwca, już po raz trzeci, na jednodniowym plenerze w Lusowie, który odbył się w ogrodzie jednej z senierek. Tematem pleneru było malowanie z natury elementów ogrodowej architektury. Do wyboru malowanie węglem, sepią, pastelami. Dzień w plenerze upłynął w bardzo miłej atmosferze. Plener zakończył rok szkolny 2022/2023. W miesiącu lipcu i sierpniu mamy przerwę wakacyjną w Klubie Seniora, a w sierpniu Pracownia Malarstwa i Rysunku wyjeżdża na plener malarsko-wypoczynkowy do Kołobrzegu, na 12 dni. Barbara Kubiak-Sobczak

OGŁOSZENIE:

Zajęcia w Pracowni Malarstwa i rysunku w nowym roku szkolnym rozpoczną się w dniu 4 września 2023 r. o godz. 16 w pracowni. Na nowy rok szkolny obowiązują nowe zapisy aż do wyczerpania miejsc, mailowo klub.seniora.podolany.barbara@gmail.com lub przez Whatsapa, lub SMSem 607 997 613.

Podpisanie umowy na budowę szkoły na Strzeszynie



Artyści z najlepszych teatrów muzycznych w kraju Najmłodszy mieszkańcy Strzeszyna będą zdobywać wiedzę w murach nowej szkoły. Spółka Poznańskie Inwestycje Miejskie podpisała umowę z wyłonionym w postępowaniu przetargowym wykonawcą inwestycji - Mostostal Warszawa S.A. Placówka powstanie na działce w rejonie ulic Fieldorfa, Rostworowskiego i Karskiego. Będzie tam miejsce na 40 oddziałów szkolno-przedszkolnych oraz bazę sportową. - Strzeszyn to dynamicznie rozwijająca się część Poznania, gdzie mieszka coraz więcej rodzin z małymi dziećmi. Dlatego tak bardzo zależało nam na budowie nowej szkoły w tej okolicy. Chcemy zapewnić uczniom jak najlepsze warunki edukacji i integracji - mówi Jacek Jaśkowiak, prezydent Poznania. - Umowę na realizację prac budowlanych podpisano w niemal symbolicznym czasie, bo w dniu zakończenia obecnego roku szkolnego. Za dwa lata pierwsi uczniowie rozpoczną rok szkolny 2025/2026 w nowej placówce. Nowa szkoła na Strzeszynie pomieści 32 oddziały szkolne i 8 przedszkolnych. Miejsce to będzie

służyło nie tylko uczniom - sala gimnastyczna oraz boiska zewnętrzne będą dostępne po zakończeniu zajęć lekcyjnych dla mieszkańców Strzeszyna. Z kolei filia Biblioteki Raczyńskich, będąca niezależną placówką, będzie dostępna także w trakcie zajęć szkolnych. - Po podpisaniu umowy przełączymy plac budowy wykonawcy robót, który to rozpocznie pierwsze prace przygotowawcze. Oprócz wzniesienia zupełnie nowego budynku, jego zadaniem będzie także uzbrojenie terenu w niezbędną infrastrukturę oraz odpowiednie zagospodarowanie go placami zabaw i boiskami, bez których trudno wyobrazić sobie nową szkołę - mówi Tomasz Płóćniczak, wiceprezes spółki Poznańskie Inwestycje Miejskie. Gmach będzie miał trzy kondygnacje. Częściowo zostanie podpiwniczony - w kondygnacji podziemnej znajdzie się część szatni, pomieszczenia magazynowe i techniczne. W sumie planowana powierzchnia użytkowa obiektu to ponad 10 tys. m kw. Bryła nowego budynku szkoły została zaprojektowana na planie litery Y, gdzie część środkowa jest holem głównym. W centrum będzie sala

gimnastyczna z szatniami, stołówka z zapleczem kuchennym, biblioteka, świetlica oraz pomieszczenia administracyjne. W lewym „ramieniu” budynku planowane jest przedszkole z odrębnym wejściem, a w prawym i na dole - sale lekcyjne dla dzieci ze szkoły podstawowej. W ten sposób wydzielone zostaną osobne strefy dla dzieci w podobnym wieku w trzech różnych skrzydłach, które spotkają się w centralnej części wspólnej, gdzie będzie miejsce na integrację. Przy nowym budynku szkoły nie zabraknie miejsca na aktywności na świeżym powietrzu. Na terenie placówki planowane są boiska sportowe, a także dwa place zabaw - osobne dla dzieci szkolnych i przedszkolnych. Przybędzie zieleni w postaci drzew i krzewów, pojawi się też mała architektura i oświetlenie. Przez teren szkoły przebiegać będą alejki. Do szkoły prowadzić będą ciągi piesze i rowerowe. Pojawią się wiaty dla rowerów, przy każdej z nich przewidziane jest miejsce do ładowania pojazdów małej elektromobilności (rowery, hulajnogi, skutery).

PIM



Rusza Lato na Madalinie

1 lipca rozpocznie się kolejny cykl wydarzeń w dawnej zajezdni tramwajowej Madalina. W tym roku organizatorzy zabiorą poznaniaków w kosmiczną podróż. Atrakcje czekają na mieszkańców aż do 3 września. W tym roku na uczestników Lata na Madalinie czeka kosmiczna przygoda. Atrakcje skupią się na tematyce kosmosu, mikrokosmosu, naukowców i nauki oraz Ziemi. Inspiracją do wyboru tego motywu przewodniego jest fakt, że rok 2023 uznany został rokiem Mikołaja Kopernika. Otwarcie Lata na Madalinie odbędzie się w sobotę, 1 lipca 2023 r. o godzinie 11:00. W ten weekend na mieszkańców czekają aż dwa kon-

certy: zespołu Golden Collective oraz Wujka Ogórka. Dodatkowo odbędą się kosmiczne mecze siatkówki dorosłych i młodzieży, pokaz cyrkowy oraz finał związanej z obchodami Poznańskiego Czerwca akcji „Żądamy chleba”. Na terenie Madaliny nie zabraknie także plaży, kąjaka malucha, toru skimboardowego, trampolin oraz wielu innych przestrzeni do aktywnego spędzenia czasu. Godziny otwarcia bram zajezdni tramwajowej Madalina zostały wydłużone. Wydarzenia będą się odbywać do 3 września od wtorku do piątku w godzinach 15:00-20:00, natomiast w soboty, niedziele i święta w godzinach 11:00-20:00.

Aby być na bieżąco z newsami z Madaliny, warto dołączyć do grupy: Lato na Madalinie na Facebooku. (<https://www.facebook.com/groups/222898601525902>) Zajezdnia tramwajowa potocznie zwana jest Madaliną, ponieważ mieściła się przy ul. Madalińskiego na Wildzie, działała do grudnia 2014 roku. Już kilka miesięcy później zmieniła się w centrum spotkań, integracji, aktywizacji mieszkańców Wildy, jak i realizowania wspólnych aktywności i projektów. Realizatorem działań na Madalinie jest Fundacja Kreaktywator. Wydarzenie finansowane z budżetu Miasta Poznania.

JZ

KAMIENIARSTWO

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

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

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

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

lovely doggy

- sklep zoologiczny
- dogfitness
- konsultacje behawioralne

ul. Niemeńska 8a, Poznań-Wola
lovelydoggy.pl tel: 572 250 345

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

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

www.pogrzebycmil.pl

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

Delikatesy Zagrodnicza

PIEKARNIA · CUKIERNIA

Poznań - Strzeszyn, ul. Wergiliusza 2B/A (wejście od ul. Literackiej) +48 601 157 827

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

AMERICAN RESTAURANT

DOWÓZ DO KLIENTA
*
TRANSMISJE SPORTOWE
*
IMPREZY OKOLICZNOŚCIOWE

PIZZA & GRILL VEGAS
#1 QUALITY

STEAK
burger
PIZZA
żeberka

61 611 75 97
724 601 227

Tatrzańska 1
Poznań - Wola

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

Zakup mieszkania „pod wynajem” - co warto sprawdzić



Zakup mieszkania na cele inwestycyjne cieszy się w Poznaniu niesłabnącym powodzeniem. Nic dziwnego, jest to jedna z najbardziej bezpiecznych form lokaty kapitału. Dodatkowo przy obecnej sytuacji na rynku – gdzie ceny najmu wzrosły jest to sposób na dodatkowy dochód. Oczywiście jak każda inwestycja jest obarczona ryzykiemale chętnych nie brakuje pomimo wysokich cen za metr kwadratowy. Deweloperzy wychodzą naprzeciw oczekiwaniom Klientów, kuszą rabatami i specjalnymi promocjami. Natomiast na rynku wtórnym w pożądanym lokalizacjach mieszkania wyróżniające się cechami dobrego lokalu „pod wynajem” i w rynkowej cenie znikają jak świeże bułeczki. Mieszkanie na wynajem kupowane jest z kilku powodów, m. in: jako lokata kapitału, alternatywa dla lokaty bankowej, w celu budowania pasywnego dochodu, by przekazać dzieciom w przyszłości czy dla zapewnienia sobie zabezpieczenia na przyszłe lata. Idealne mieszkanie na wynajem to takie, które zagwarantuje dobrą stopę zwrotu z inwestycji, którego wartość będzie wzrastać, będzie generowało zyski z najmu i bezproblemowo się wynajmie. Jakże zatem cechy powinno mieć mieszkanie idealne pod inwestycję? Otóż to zależy m. in. od tego jaki model biznesowy wybierze właściciel, tj: najem długoterminowy, krótkoterminowy, na pokoje itd..Kolejny aspekt to: kto miałby być potencjalnym najemcą. Dlatego zanim kupisz „pierwsze lepsze” M, określ swojego klienta docelowego. Inne wymagania będzie miał student, singiel, pracująca para, rodzina, pracownik kontraktowy z zagranicy, a inne np.przedsiębiorca lub menadżer w korporacji itd. Zmiennych jest wiele, dla uproszczenia tematu, pamiętaj by z pewnością wziąć pod uwagę poniższe kwestie.

Lokalizacja
Mówi się, że w nieruchomościach liczą się 3 rzeczy: lokalizacja, lokalizacja i ..lokalizacja. To niewątpliwie prawda. Dogodna lokalizacja to: bliskość do środków komunikacji miejskiej, sklepów, infrastruktury, uczelni czy miejsca pracy. Mieszkania w dobrej lokalizacji wynajmowane

są szybciej i za wyższe stawki. Wiadomo, są odpowiednio droższe, ale pamiętaj, że wyposażenie i wystrój wnętrz zawsze można zmienić by podnieść standard mieszkania, natomiast lokalizacji nie przeniesiesz. W lokalach o dobrym położeniu najem masz gwarantowany, a ryzyko ewentualnego spadku jego wartości mniejsze.

Układ pomieszczeń i metraż
Ostatni trend to „mikrokawalerki” lub małe mieszkania z metrażem nie przekraczającym 50 mkw. – takie mieszkania są najbardziej chodliwe, tzn. najszybciej znajdują nowych nabywców na rynku. Mieszkania o takim metrażu, w razie nagłej zmiany planów życiowych, sprzedasz aktualnie najszybciej. Choć nowym trendem stają się powoli lokale większe, ponieważ najemcy oczekują dodatkowego pomieszczenia na gabinet, pokój do pracy „z domu”. Nie jest tu bez znaczenia rozkład pomieszczeń albo możliwość adaptacji powierzchni mieszkaniowej np. wydzielenie kolejnego niezależnego pokoju, wyodrębnienie kuchni z aneksu czy rozdzielenie toalety z łazienką. Mieszkania o przejściowym układzie, mają swój urok choć nieraz ograniczone możliwości.. Duże mieszkania mogą okazać się bardziej rentowne w zakresie wynajmu na pokoje, jednakże mogą być trudniej zbywalne.

Okolica i otoczenie
Jeśli dla Ciebie zakup mieszkania to inwestycja

długoterminowa, zorientuj się jakie są plany dla terenu i okolicy, w której planujesz zakup mieszkania. Nie zawsze jest to oczywiste ale warto dowiedzieć się jakie są plany miasta w tym zakresie. Dziś tu może być zielono i spokojnie, ale w perspektywie najbliższych lat może się to zmienić na skutek np. budowy drogi szybkiego ruchu. Naturalnie działa to w obie strony i możliwy jest również odwrotny scenariusz, w którym uruchomiana zostanie rewitalizacja dzielnicy, nowa linia tramwajowa lub inne ulepszenia potencjalnie podnoszące wartość nieruchomości.

Wiek budynku
Przedwojenna kamienica, wielka płyta czy nowe budownictwo? Nie ma jednoznacznej odpowiedzi ponieważ, wszystko ma swoje wady i zalety. Jedno jest pewne: czas biegnie nieubłagannie i będzie wpływał na kondycję oraz stan budynku. Odbije się to na kosztach, np. poprzez wzrost funduszu remontowego. Największym zainteresowaniem wśród najemców cieszy się jednak nowsze budownictwo, ale i kamienice po rewitalizacji mają swoich amatorów.

Rynek wtórny kontra pierwotny
Decydując się na zakup mieszkania, przeanalizuj swoje oczekiwania i priorytety dotyczące inwestycji. Kupując mieszkanie z rynku wtórnego możesz je od razu albo po krótkim odświeżeniu czy re moncie „wypuścić” na rynek i czerpać zyski z najmu. Z mieszkaniem deweloperskim proces będzie dłuższy, po pierwsze na oddanie lokalu musisz poczekać czasem rok albo więcej, nie mówiąc już o wykończeniu i wyposażeniu. Przemyślane inwestowanie w mieszkanie na wynajem i dobrze opracowana strategia to z pewnością szansa na pomnożenie kapitału, warto jednak pamiętać, że samo kupno to nie wszystko. Musisz wziąć pod uwagę oczywiście prócz samych kosztów tzw. okołotransakcyjnych(PCC, taksa notarialna, ewentualnie kredyt, ubezpieczenie itd.) także koszty związane z wymianą wyposażenia, usterkami, naprawami, cyklicznymi remontami..

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

Ewa Manthey
Doradca ds. nieruchomości
Międzynarodowego biura

RE/MAX EXPERTS
787 006 777

USŁUGI STOLARSKIE

MEBLE **STOŁY DEBOWE** **KUCHNIE**

SCHODY **ZABUDOWY** **TARASY**

PODŁOGI
UKŁADANIE
CYKLINOWANIE

78 40 50 400

TOLBRUK www.tolbruk.pl

Sprzedaż i Układanie
Kostki Brukowej
tel. 507 196 024

szkółka roślin ozdobnych

usługi ogrodnicze:
-systemy nawadniające
-drenaże

DOPIEWIEC

kora sosnowa
tel. 798 673 567, 61 89 43 158

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

MALOWANIE

elewacji

MYCIE
dachów

kostki brukowej

www.ekodom21.pl
603 635 878

kierzek.pl
punkt sprzedaży roślin ozdobnych

Szamotołska 51, 62-081 Chyby pn. - pt. 8:00-18:00, sb 9:00 - 14:00 tel: 793 407 488

Co u nas znajdziesz?

- piękne róże produkowane przez naszą szkółkę w formie krzewów i drzewek
- duży wybór okazałych bylin, traw, krzewów i drzew liściastych
- chwile relaksu - spacer w zawsze zielonym „ogrodzie” z mnóstwem pachnących kwiatów i kolorowych motyli
- fachową i miłą obsługę gotową, by doradzić

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

SERWIS-MONTAŻ-INSTALACJA

ANTENY

MONTAŻ

DEKODERÓW DVB-T2

511 611 997

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

ANTENY

ANTENY
DEKODERY **NC+**
NAPRAWA SPRZĘTU RTV
NAPRAWA INSTALACJI ANTENOWYCH
MONTAŻ KAMER I SIECI MONITORINGU

602-814-317

Kiekrz, ul. Kierska 63
www.anteny-poznan.pl

MEBLOFORM INDECO
wygodne mieszkanie

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

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

AUTO GUMA

SPRZEDAŻ I WYMIANA OPON

SAMOCODOWYCH 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

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

Usługi Kominarskie
Michał Bartoszkiewicz

Zakres usług:

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

ROCZNE PRZEGLĄDY DO UBEZPIECZENIA BUDYNKÓW

tel. 664 135 832

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

ROL-PAT
PRZESŁONY OKIENNE

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

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

KOMPLEKSOWE USŁUGI INSTALACYJNO-BUDOWLANE

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

WYCENA GRATIS!

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

KARCHER

PRANIE ORAZ CZYSZCZENIE

TAPICEROK MEBLI I AUT

609 036 745

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

- Remonty i naprawy dachów
- Adaptacja strychów
- Remonty mieszkań

STOLARSTWO

SCHODY · SZAFY WNĘKOWE
DRZWI · KUCHNIE · DOMKI
KONSTRUKCJE DREWNIANE

Rekonstrukcja stolarki w budynkach zabytkowych

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

USŁUGI REMONTOWE

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

tel. 515 550 833 - SPEC KARCHER

SuperCLIMA.pl

KLIMATYZACJA

DOMY · MIESZKANIA
BIURA · SKLEPY · FIRMY

SPRZEDAŻ I MONTAŻ

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

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

Poznań, ul. Polna 40 Pn - Pt • 7⁰⁰ - 19⁰⁰
tel. 604 460 820 Soboty • 8⁰⁰ - 14⁰⁰
ab@asap.com.pl

PRALNIA

Dla Klientów z tą reklamą 10% rabatu na czyszczenie i pranie odzieży

KURCZAK Z ROŻNĄ
WRAZ Z DANIA MI KUCHNI DOMOWEJ

obiady także dla firm

- Kurczak z różną
- Pierogi
- Gołąbki w sosie pomidorowym

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

Poznań, Olszewska 327 (obok stacji benzynowej Shell)
dawniej ul. Strzeszyńska 206

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

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



#Na Falach 2023 - Cykl letnich koncertów

#NaFalach to cykl koncertów na Maltańskiej Scenie Muzycznej oraz Jeziorze Strzeszyńskim, które cieszą się ogromną popularnością wśród mieszkańców spędzających lato w mieście.

Koncerty NaFalach - Malta

30.06.2023 - godz. 20:00 - Dagadana

30.06.2023 - godz. 21:30

- Mela Koteluk i Kwadrofonik

01.07.2023, godz 20:00

- Zalia/Matylda/Łukasiewicz

Koncerty NaFalach - Strzeszynek

14.07.2023 - godz. 20:00 - Dawid Kwiatkowski

18.08.2023 - godz. 20:00 - Kamil Bednarek

25.08.2023 - godz. 20:00 -Fisz Emade Tworzywo

Pytanie o bilety na nasze koncerty. Otóż wstęp na wszystkie tegoroczne wydarzenia sygnowane logiem #NaFalach jest bezpłatny.

Zapraszamy serdecznie!

Wykonawca i organizator: POSIR i Miasto Poznań

Lokalizacja:

Jezioro Strzeszyńskie: ul. Koszalińska 15

Malta: Polana Harcerza ul. Wiankowa 3



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 MINIKOPARKA

Tel. 61 8422 533

ŚWIADECTWA CHARAKTERYSTYKI ENERGETYCZNEJ BUDYNKU

Kawalerki, Mieszkania, Domy

Dojazd do klienta z pomiarem

Poznań i okolice

tel: 668-142-857

AKUMULATORY I PROSTOWNIKI

DARMOWY MONTAŻ I DIAGNOSTYKA

DOSTAWCY PRĄDU

UL. RYNKOWA 1
62-081 PRZEZMIEROWO
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

NOWE CENTRUM STOMATOLOGII na Ławicy

Z pasji do naszej pracy i ułotowania 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

BRUDNA ROBOTA

Aleksander Zaporowski

POGOTOWIE KANALIZACYJNE

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

506 122 506

www.brudna-robota.pl

ODZYSK H2O

MONTAŻ SYSTEMÓW NAWADNIANIA OGRODU Z WYKORZYSTANIEM WODY OPADOWEJ

506 122 506

BAHMUS

Narożnik SAN DIEGO

Narożnik prawo lub lewostronny. Funkcja spania, pojemnik na pościel, regulowane zagłówki oraz ruchome oparcia w części narożnej. Siedziska na podwójnej sprężynie falistej i bonelowej, bardzo wygodny do siedzenia. Wym. 220 x 270, Spanie 205 x 120

Narożnik KOMO

Narożnik AMOS

Zestaw TOGO

Zestaw TOGO; Kanapa z funkcją spania, pojemnik na pościel + 2 Fotele. wymiary kanapy; dł. 206 cm. wys. 92 cm. gł. 93 cm. fotel; dł. 66 cm. wys. 101 cm. gł. 82 cm.

Łoże kontynentalne PANAMA

Elektrycznie sterowane łóżko z zagłówkiem prostym. Możliwość regulacji wysokości górnej i dolnej części. 7 strefowy dwustronny materac na stabilnej drewnianej ramie, zapewnia doskonałe wsparcie kręgosłupa i odczucie wysokiego komfortu. Drewniana podstawa, sprężyna kieszeniowa. Sterowanie 2 niezależne piloty. Opcje: średni/twardy materac, wyższy/nniższy zagłówek. Srebrne nogi z litego drewna. Wym. 160 x 200 lub 180 x 200.

Meble Tłok - OPAL

MEBLE

Zestaw wypoczynkowy LENIUCH

Kanapa BETA na podwójnych sprężynach.

Tapczanik jednoosobowy

z regulowanym zagłówkiem oraz pojemnikiem na pościel. wymiary; dł. 200 cm. szer. 85 cm.

Meble Tłok - PROWANSJA

SKLEP MEBLOWY SUCHY LAS, UL. OBORNICKA 71 TEL. 61 8 116 694, 503 511 484, e-mail: bahmus@wp.pl

70 LAT TRADYCJI

MATERNA
DENTAL



KOŚCIERZYŃSKA 30

727 430 480

MATERNADENTAL.PL

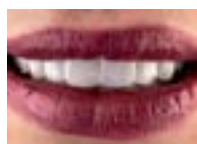
CENTRUM STOMATOLOGII NA SMOCHOWICACH

METAMORFOZY UŚMIECHU

STOMATOLOGIA ZACHOWAWCZA

ESTETYCZNA CHIRURGIA

LAVA
inspiration
by MATERNA



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

Zniżki w OC i AC do 70%

UBEZPIECZENIA SOBKOWIAK

WALUTOWE OCAL FIRMOWE FUNKCJONALNE
NAZYWNE FUNKCJONALNE KRAJOWE OCAL

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

ul. Lubiątkowska 1, 60-439 Poznań (Obok Chaty Polskiej)

ERGO HETA LUK 4 BSWC Allianz

DRUKUJ z nami!
plakaty, banery,
naklejki, roll'upy
Frezowanie CNC

www.G7AFJAF.com

ul. Wieczorynki 27
tel. 603 187 080

**SYSTEMY
NAWADNIANIA
DRENAŻE**

MONTAŻ

NAPRAWY

PRZEBUDOWY

KONSERWACJA

605 217 212

simon130@wp.pl

PRZYGOTOWANIE SYSTEMU
DO PRACY

MASZ PROBLEM Z WODĄ?
ZADZWOŃ

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

Radostaw Radziwiłko
radek@hanrad.pl
664 727 500

CZYSTO - TANIO - FACHOWO
USŁUGI REMONTOWO-BUDOWLANE

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

604 454 899