

TRZCIANA 243 C, tel. 17 852 10 12
kom. 502 664 559, 510 443 893

WĘGIEL

KZK

Sp. z o.o.

NAJNIŻSZE CENY NA PODKARPACIU

PROMEDICA24
Opiekujemy się ludźmi

ODDZIAŁ W RZESZOWIE

ul. Hetmańska 3/2
17 711 00 22, 506 289 101
www.promedica24.pl



Pracuj z liderem na rynku!

BEZPIECZNA PRACA W NIEMCZECH OPIEKA NAD OSOBAMI STARSZYMİ

Wyjedź z nami już dziś, a zapewnimy Tobie:

- bezpieczną i legalną formę współpracy
- bardzo atrakcyjne zarobki i opłacony ZUS
- pakiet dodatkowych ubezpieczeń
- szkolenia podnoszące kwalifikacje
- 24-godzinną pomoc Promedica24 podczas wyjazdu

Startują lekcje o Funduszach Europejskich

10 lutego rozpoczęły się zajęcia w ramach Lekcji o Funduszach Europejskich 3. Do tegorocznej edycji zgłoszonych zostało prawie 21 000 uczniów. Tym samym, zeszłoroczny rekord frekwencji został pobity o ponad 5 tysięcy uczestników. W województwie podkarpackim w Lekcji uczestniczyć będzie 251 klas.

5803 uczniów zgłoszonych przez 74 nauczycieli – to wynik tegorocznej rekrutacji do Lekcji o Funduszach Europejskich na Podkarpaciu. Dla porównania – poprzednia edycja zgromadziła 4175 uczestników i 55 nauczycieli. W tym roku zgłoszonych zostało 1994 gimnazjalistów i 3809 uczniów szkół ponadgimnazjalnych. W Lekcji o Funduszach Europejskich bierze udział młodzież m.in. z Rzeszowa, Jasła, Krosna i Mielca.

W ramach projektu, do 30 kwietnia nauczyciele z pięciu województw Polski Wschodniej przeprowadzą tytułowe Lekcje w oparciu o dostarczony przez organizatora scenariusz. Materiały, w tym komiks nawiązujący do projektów realizowanych w Programie Rozwój Polski Wschodniej oraz drobne upominki dla uczniów, zostały już dostarczone do szkół.

Lekcje inspirowane Funduszami Europejskimi cieszą się dużym zainteresowaniem. Spośród nauczycieli, którzy zgłosili się do udziału w projekcie, 130 brało udział w poprzednich edycjach. W Lekcji uczestniczyć będzie ponad 9 tys. uczniów ze szkół gimnazjalnych i blisko 12 tys. z ponadgimnazjalnych. Najwięcej zgłoszeń wpłynęło właśnie z województwa podkarpackiego.

Projekt Ministerstwa Infrastruktury i Rozwoju realizowany jest w ramach Programu Rozwój Polski Wschodniej (PO RPW). Jego celem jest przybliżenie młodzieży korzyści płynących ze współpracy z Unią Europejską, szczególnie dla społeczności lokalnych. W czasie zajęć nauczyciele przybliżają uczniom m.in. regionalne inwestycje, zrealizowane przy wsparciu Programu Rozwój Polski Wschodniej.

Informacje na temat projektu można znaleźć na stronie www.PolskaWschodnia.gov.pl/lekcja3. W serwisie znajdują się relacje z poprzednich edycji Lekcji o Funduszach Europejskich oraz aktualności związane z Programem Rozwój Polski Wschodniej. Patronem projektu jest Polski Portal Edukacyjny Interkl@sa.

reklama

KOMPUTERY

MONITORING KASY FISKALNE

- ŚWIETNY SERWIS
- SUPER SPRZĘT KOMPUTEROWY
- INSTALACJE ELEKTRYCZNE
- SIECI
- ALARMY
- KAMERY itp.

D&D
www.dd.rzeszow.pl

SKLEP D&D
RZESZÓW
UL. PODWISŁOCZE 6
TEL. 17 857 6443



MEDYCZNE SZKOŁY
OMEGA
(w obwodzie od 1250 r.)

Rzeszów, ul. Warszawska 20
(budynek Zespołu Szkół Spożywczych)

tel. 17 861 10 28
kom. 518 568 795

www.omega.szkoła.pl



TECHNIK FARMACEUTYCZNY



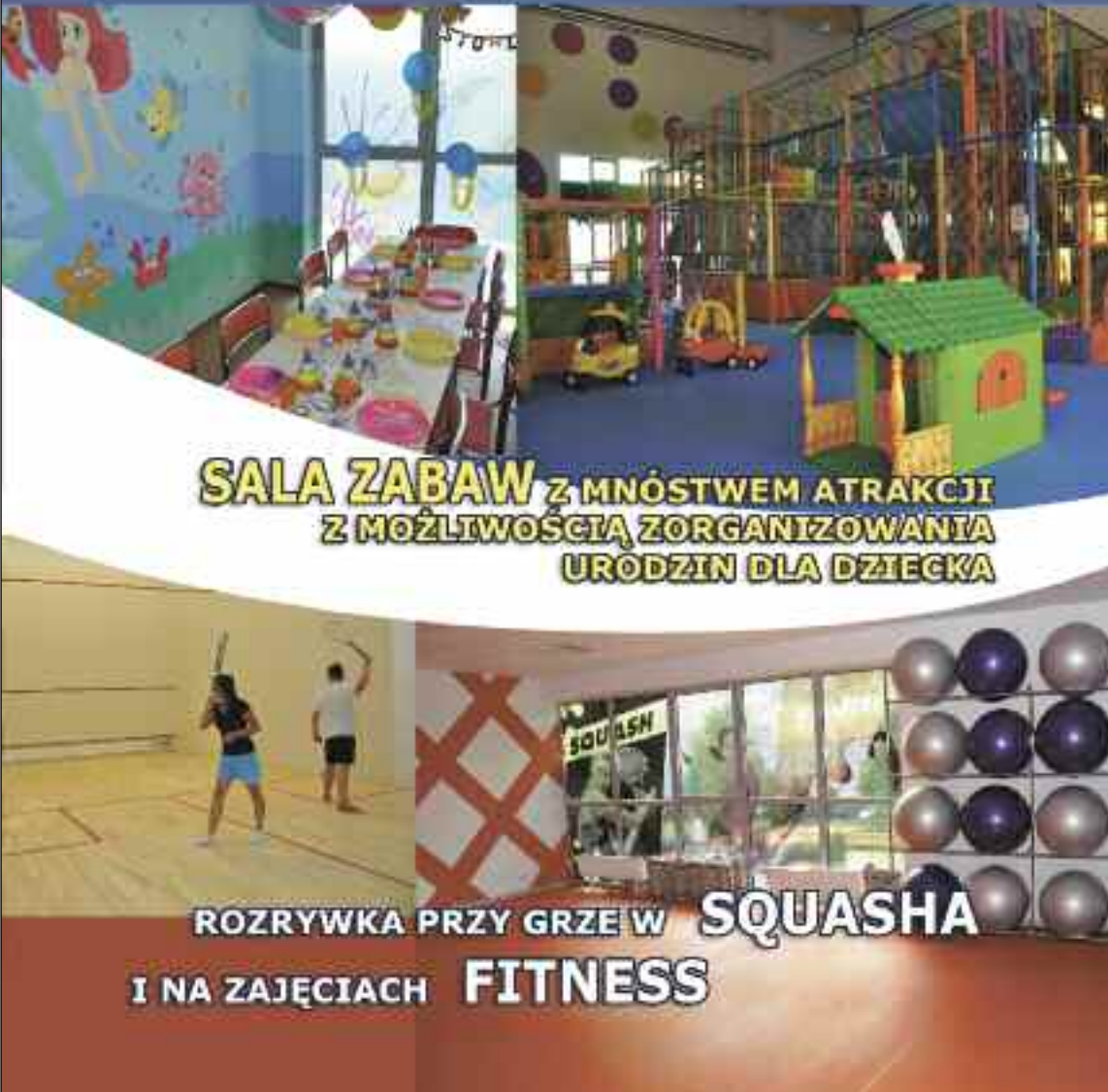
kolorowy świat
CENTRUM ROZRYWKOWE



www.kolorowyswiat-rzeszow.pl

NOWE CENTRUM REKREACJI W RZESZOWIE

Rzeszów, ul. Z. Kozenia 7, tel. 17 85 90 888



**SALA ZABAW z MNÓSTWEM ATRAKCJI
z MOŻLIWOŚCIĄ ZORGANIZOWANIA
URODZIN DLA DZIECKA**

**ROZRYWKA PRZY GRZE W SQUASHA
I NA ZAJĘCIACH FITNESS**

KURSY JĘZYKOWE

ANGIELSKI
NIEMIECKI
WŁOSKI
ROSYJSKI
FRANCUSKI
HISZPAŃSKI
PORTUGALSKI (NOWOŚĆ!)
POLSKI DLA CUDZOZIEMCÓW



ANGLO CLASS
SZKOŁA
JĘZYKÓW
OBcych

- **Kursy dla dzieci**
w kolorowej sali przystosowanej i wyposażonej z myślą o najmłodszych.
- **Kursy dla uczniów i młodzieży**
z wykorzystaniem nowoczesnych narzędzi i metod nauczania (tablice interaktywne, multimedia)
- **Przygotowanie do matury**
pisemnej i ustnej na każdym poziomie
- **Kursy dla dorosłych**
komunikatywne, język biznesu, zawodowy i specjalistyczny

Zajęcia w małych grupach lub lekcje indywidualne!

Szkoła Języków Obcych Anglo Class
Rzeszów, ul. Asnyka 10, tel. 17 852 59 46
mail: kursy@and.pl, GG: 1355135
www.angloclass.com

Kurczakowe nowości w McDonald's®!

12 lutego w menu McDonald's pojawiły się trzy zupełnie nowe pozycje z kurczakiem - **McChicken Podwójny**, **McChicken Curry** oraz **McChicken Śródziemnomorski**. Do oferty wracają **Kanapka Szeffa Kuchni** oraz **brokuły**.



McChicken Curry to soczysty kurczak w towarzystwie sosu curry, który przeniesie wszystkich smakoszy w świat Orientu. Całość uzupełniają świeża sałata i pikle, a to wszystko w otoczeniu dobrze znanej bułki.

McChicken Podwójny to propozycja dla gości głodnych wyjątkowych smaków. Dwa kotlety

Chicken Premiere przedzielone serem cheddar dopełnia sałata bawaria z pikantnym i kanapkowym sosem.

McChicken Śródziemnomorski charakteryzuje smak wprost z Południa. Rozpływający się w ustach pyszny kurczak z sosem balsamico, serem cheddar, pomidorem i świeżą rukolą zwiędza niepowtarzalny sos śródziemnomorski.

Kanapka Szeffa Kuchni to znakomite połączenie wybornej mięsa wołowego i wymienionych grillowanych pieczarek. Do tego świeży pomidor w otoczeniu dwóch plasterków sera ementaler i wspaniałe sosy.

Wszystkim smakoszom z pewnością przypadną do gustu brokuły, czyli zdrowa przekąska w złocistej, chrupiącej panierce podawana z sosem śmietanowym.

Zapraszamy na fanpage McDonald's Polska <https://www.facebook.com/McDonaldsPolska> i www.mcdonalds.pl.

Aby otrzymać podwójne zaproszenia na zestaw w McDonald's prosimy dzwonić do redakcji 20 lutego, o godz. 10. Zaproszenia można zrealizować w dowolnej restauracji McDonald's.



MARCEL
Nowa expresowa linia autobusowa
RZESZÓW - KRAKÓW
www.marcel-bus.pl
tel. 795 005 006

Reklama
tel. 17 852 10 06, 603 790 207
s.gajos@extra-media.pl

KURSY SZYBKIEGO CZYTANIA I TECHNIK UCZENIA SIĘ

DLA DZIECI:

- Szybko czytają (8-12 lat)
- Uczeń na medal (6-8 lat)
- Klub „Zaczek” dla najmłodszych (5-6 lat)

DLA MŁODZIEŻY, STUDENTÓW I DOROSŁYCH:

- Podstawowy sześciotygodniowy
- Weekendowy
- Wakacyjny
- Nowoczesne strategie uczenia się

Uczymy, jak się uczyć!

W programie kursów:

- Kształcenie umiejętności szybkiego czytania
- Zwiększenie stopnia zrozumienia tekstów
- Nauka efektywnego notowania - Inwencji Map Myśli
- Rozwijanie pamięci i efektywnego uczenia się, aby skrócić czas nauki
- Ćwiczenie trudnej sztuki koncentracji
- Badania i rozwijanie inteligencji - IQ

Kursy dla dzieci i młodzieży zorganizujemy już w blisko 15 szkołach, a kolejne rozpoczynamy już we wrześniu!

Na naszych kursach uczestnicy niemalże w 100% osiągają:

- minimum 5-krotnie zwiększone tempo czytania, zachowując przy tym zrozumienie tekstu
- trzykrotne skrócenie czasu nauki
- zwiększenie ilości zapamiętywanych informacji i podniesienie wiedzy
- wzrost pewności siebie, koncentracji i radzenia sobie ze stresem

DOWIEDZ SIĘ WIĘCEJ!
ZADZWON - 17 852 59 46
NAPISZ - kursy@and.pl
SPRAWDZ - www.angloclass.com
PRZYJDZ
ANGLO CLASS
 ul. Asnyka 10 w Rzeszowie

Paczki w Twoim zasięgu!

Paczki międzynarodowe **Paczki krajowe**

Już od: **109** PLN brutto Już od: **13,99** PLN brutto

DPD STREFA PACZKI
 Punkt nr SRZ07A
 35-113 RZESZÓW, WTA STWORZA 65
 Tel. 733 457 157
 Otwarte: Pon. - Pt.: 11:00 - 18:00
 Sobota: 11:00 - 14:00

Waga paczki w kg/DOX w kg	Cena paczki/DOX w PLN brutto* nadanej w punkcie DPD STREFA PACZKI (cena usługi podstawowej)
do 0,50 kg	13,99
od 0,50 do 1 kg	14,99
od 3 kg do 5 kg	18,99
od 3 kg do 5 kg	18,99
od 5 kg do 10 kg	23,99
od 10 kg do 20 kg	28,99
od 20 kg do 31,5 kg	33,99

PRZESYŁKI ZAGRANICZNE (cena w zł)

	do 10 kg	do 31,5 kg
NIEMCY	109,00 zł	125,00 zł
SŁOWACJA	109,00 zł	125,00 zł
FRANCJA	115,00 zł	135,00 zł
WIELKA BRYTANIA I IRLANDIA Płn.	115,00 zł	135,00 zł
SZWECJA	115,00 zł	135,00 zł
HISZPANIA	160,00 zł	180,00 zł

Przyjdź do Punktu
DPD STREFA PACZKI
 i zobacz jak prosto i tanio można nadać lub odebrać paczkę.



EURO-SZKOŁA BIS
Jacek Sadrakuła i synowie

DLA MŁODZIEŻY I DOROSŁYCH

- Szkoły policealne
- Liceum ogólnokształcące
- Zasadnicza szkoła zawodowa
- Technikum i technikum uzupełniające

Tarnobrzeg, ul. Św. Barbary 1c
tel. 015 823 10 36
tel. 0 608 063 642

euroszkola-bis.pl

POLSAT JimJam patronem zimowej kampanii „Bez kasku nie jadę”

POLSAT JimJam przypomina – nie ma zimą bezpiecznej zabawy bez kasku! Tym razem dziecięca telewizja poprzez kampanię „Bez kasku nie jadę” zachęca do ochrony głowy maluchów podczas śnieżnych harców na nartach, snowboardzie czy łyżwach. Pomysłodawcą kampanii jest portal SportowaRodzina.pl, a jej ambasadorami sportowcy i komentarzy sportowi. Wśród nich Bożydar Iwanow i Mateusz Borek z Telewizji POLSAT.

Nawyk prawidłowego zakładania kasku pozwala w znaczący sposób ograniczyć zagrożenia związane z urazami głowy. Dlatego też podczas zimowej kampanii „Bez kasku nie jadę” liczne przedszkola i szkoły zapraszane są do organizowania lekcji związanych z tematyką bezpieczeństwa. Ponadto, do włączenia się w kampanię zachęcane są także szkółki narciarskie, takie jak zakopiańska Strama.

A w jaki sposób ułatwić dzieciom zapamiętanie zasad zachowania bezpieczeństwa na śniegu czy lodzie? Oczywiście poprzez zabawę! POLSAT JimJam przygotował w ramach kampanii „Bez kasku nie jadę” rymowany dekalog bezpiecznego szusowania oraz odpowiedniego zachowania w czasie uciech na stoku. Taki kodeks z pewnością przyda się wszystkim, którzy planują śnieżne harce podczas tegorocznych ferii.

Dzieci łatwiej zapamiętają zasady bezpiecznego postępowania zimą, dzięki wpadającym w ucho rymowankom: „Zamarznęte jeziora, rzeki stawy – to nie miejsce do zabawy!”, „Na mrozie przekonasz się samemu, że ciężko bez czapki, rękawiczek i kremu!”, „Rzucać śnieżką całkiem spoko, lecz nie celuj komuś w oko!”. W ramach kampanii w wybranych mediach i na stronie kanału będą również organizowane kon-



ZASADY BEZPIECZNEGO SZUSOWANIA

1. NIEĆ WYKONYWAĆ WYKONAWCIE WYKONAWCIE WYKONAWCIE
2. NIEĆ WYKONYWAĆ WYKONAWCIE WYKONAWCIE WYKONAWCIE
3. NIEĆ WYKONYWAĆ WYKONAWCIE WYKONAWCIE WYKONAWCIE
4. NIEĆ WYKONYWAĆ WYKONAWCIE WYKONAWCIE WYKONAWCIE
5. NIEĆ WYKONYWAĆ WYKONAWCIE WYKONAWCIE WYKONAWCIE
6. NIEĆ WYKONYWAĆ WYKONAWCIE WYKONAWCIE WYKONAWCIE
7. NIEĆ WYKONYWAĆ WYKONAWCIE WYKONAWCIE WYKONAWCIE
8. NIEĆ WYKONYWAĆ WYKONAWCIE WYKONAWCIE WYKONAWCIE
9. NIEĆ WYKONYWAĆ WYKONAWCIE WYKONAWCIE WYKONAWCIE
10. NIEĆ WYKONYWAĆ WYKONAWCIE WYKONAWCIE WYKONAWCIE

Bez kasku nie jadę!



Fot. Mateusz Borek

kursy promujące bezpieczne zachowania podczas zimowych zabaw.

Uważam, że każdy czas jest dobry na sport – zima również! Jako ambasador akcji „Bez kasku nie jadę”, ale również jako tata pamiętam o bezpieczeństwie, a więc o kasku! Czy to narty, snowboard czy łyżwy – głowa musi być bezpieczna, to równie naturalne jak posiadanie rękawiczek. Z przyjemnością ogląda się narciarstwo alpejskie – jednak musimy pamiętać, że na stoku nie jesteśmy sami i nasze bezpieczeństwo może zależeć też od innych i od ich zachowania. Dlatego już najmłodszym należy tłumaczyć zasady wspólnego korzystania ze stoków czy lodowisk. W nadcho-

dzącym sezonie wszystkim życzę bezpiecznego szusowania i świetnych warunków do uprawiania wszystkich możliwych sportów zimowych! – powiedział Bożydar Iwanow, jeden z ambasadorów kampanii.

Kampania jest kontynuacją inicjatywy rozpoczętej w maju ubiegłego roku. Aktualności związane z przebiegiem kampanii można śledzić na portalu sportowarodzina.pl i bezkaskuniejade.pl

POLSAT JimJam ufundował dla naszych najmłodszych czytelników niespodzianki. Aby otrzymać jedną z nich wystarczy zadzwonić do redakcji w czwartek 20 lutego, godz. 10.30.

Europa bliżej Marsa

Międzynarodowe zawody łazików marsjańskich European Rover Challenge 2014 już we wrześniu w Polsce. Imprezie towarzyszyć będzie konferencja z udziałem światowej klasy ekspertów ds. kosmosu oraz piknik naukowy. Gospodarzem wydarzenia będzie Województwo Świętokrzyskie.

Organizację ERC 2014 w Polsce potwierdzono już jesienią ubiegłego roku na międzynarodowej konferencji kosmicznej w Paryżu. Spośród zgłoszonych lokalizacji wybór padł na Regionalne Centrum Naukowo-Technologicznego w Podzamczu k. Chęciny. Impreza odbędzie się w dniach 5-7 września, a szczegółowe informacje można znaleźć na stronie internetowej www.roverchallenge.eu

Równocześnie z zawodami odbędzie się międzynarodowa konferencja „Człowiek w Kosmosie” organizowana przez Mars Society. Przybędą na nią reprezentanci branży kosmicznej, m.in. założyciel organizacji Mars Society Robert Zubrin oraz profesor Uniwersytetu Stanforda G Scott Hubbard, były szef NASA Ames. W wydarzeniu udział wezmą również przedstawiciele branży medycznej, naukowej oraz prywatni przedsiębiorcy. Ponadto, w ramach Pikniku Naukowego w specjalnie przygotowanych namiotach będzie można zobaczyć pokazy i eksperymenty dostosowane do wieku i zainteresowań zgromadzonej publiczności. – mówi Mateusz Józefowicz, prezes Mars Society Polska, organizator zawodów.

Do rywalizacji w zawodach analogów łazików marsjańskich staną drużyny złożone ze studentów, absolwentów oraz pracowników uczelni. Czekać na nich będą cztery konkurencje symulujące eksplorację Marsa: naukowa polegająca na pobraniu próbek z podłoża i znalezieniu „życia”, terenowa oparta na nawigacji wyłącznie za pomocą

systemu GPS oraz dwie inżynierskie związane z obsługą i naprawą urządzeń. Wszystkie zadania wykonywane będą zdalnie, bez kontaktu wzrokowego z robotami.

ERC rozszerza na Europę znaną już formułę prestiżowych zawodów University Rover Challenge organizowanych w Stanach Zjednoczonych przez The Mars Society, w których polscy studenci wielokrotnie odnosili sukcesy – mówi Adam Jarubas, Marszałek Województwa Świętokrzyskiego. Cieszymy się, że w tym roku dajemy im możliwość startu w Polsce i to w naszym Centrum Naukowo-Technologicznym! Projekt ten doskonale wpisuje się w realizację Regionalnej Strategii Badań i Innowacyjności. – dodaje.

Organizatorem wydarzenia jest Mars Society Polska, we współpracy z firmą Planet PR, Urzędem Marszałkowskim Województwa Świętokrzyskiego, Regionalnym Centrum Naukowo-Technologicznym w Podzamczu k. Chęciny, ABM Space Education oraz Austriackim Forum Kosmicznym.

Katarzyna Banaś



Legendary Rover – łazik zbudowany przez studentów Politechniki Rzeszowskiej na zawody University Rover Challenge 2013 w USA

reklama



GALAKTYKA zaprasza na

KREGLE

BILARD

AIRHOCKEY

tel.: 17 85 90 880





NAJLEPSZA

PIZZA

w MIEŚCIE

ZAMÓWIENIA
POD NUMEREM.

TEL.: 17 85 90 884

WWW.GALAKTYKA.RZESZOW.PL



Szyby samochodowe na zimowym celowniku

Na liście przygotowań pojazdu do trudnych warunków atmosferycznych obowiązkowo należy uwzględnić również kompleksowy przegląd szyb i wycieraczek. Wielu kierowców zapomina, że kilka chwil poświęconych na sprawdzenie tych elementów wyposażenia auta, może zaoszczędzić czas i pieniądze związane z koniecznością późniejszego przeprowadzenia dużo poważniejszego napraw.

Zarysowana lub pęknięta szyba ogranicza pole widzenia kierowcy, co stanowi bezpośrednie zagrożenie dla bezpieczeństwa wszystkich uczestników ruchu drogowego. Każdy właściciel pojazdu, powinien pamiętać, że mróz jest bezlitosny dla szyb samochodowych. Jeśli woda dostanie się nawet w najmniejszą uszkodzenie, to zamarzając znacznie powiększając ubytek. Proces postępowania pęknięcia to kwestia kilku tygodni. W efekcie nawet niewielkie odpryski mogą powiększyć się, a uszkodzona w ten sposób szyba nie tylko pogorszy widoczność, ale też pęknie podczas jazdy. Jest również wielce prawdopodobne, że w razie wypadku taka szyba nie wytrzyma naporu poduszek powietrznych. Kierowcy muszą wyrobić w sobie nawyk, że tak samo jak przed okresem zimowym zmieniają opony, tak też dokonują naprawy uszkodzeń szyb. Oplaca się tego dopilnować, gdyż drobne pęknięcia na szybie nie muszą od razu wiązać się z koniecznością jej wymiany. W serwisach NordGlass na terenie całego kraju uszkodzenia, których średnica nie przekracza 22 mm, można naprawić. Odkładnie w czasie zabiegu uzupełnienia

ubytków może doprowadzić do momentu, w którym będziemy musieli liczyć się z wymianą całej szyby. Jazda z uszkodzoną szybą, poza realnym zagrożeniem dla bezpieczeństwa zmotoryzowanych, niesie ze sobą również konsekwencje finansowe i prawne. Podczas kontroli drogowej nawet za niewielkie uszkodzenie szyby kierowca może otrzymać mandat lub utracić dowód rejestracyjny pojazdu.



Dla czytelników mamy 5 kuponów na zabieg hydrofobizacji szyb samochodowych, proszę dzwonić w piątek 21 lutego, o godz. 14.30 pod redakcyjny numer telefonu.



szkoła inna niż wszystkie



zmień marzenia na zawód

AKADEMIA ZDROWIA

Akredytacja Podkarpackiego Kuratora Oświaty

KURSY:

- ▶ FRYZJERSTWA
- ▶ KOSMETYCZNY
- ▶ STYLIZACJI PAZNOKCI
- ▶ MASAŻU KLASYCZNEGO, LECZNICZEGO
- ▶ INSTRUKTORÓW FITNESS

ORAZ POZOSTAŁE:

- ▶ WIZAŻU
- ▶ DIETETYKA
- ▶ OPIEKUN OSÓB STARSZYCH, NIEPEŁNOSPRAWNYCH I DZIECI
- ▶ KELNERSKO-BARMAŃSKI
- ▶ DEKORATORA WNĘTRZ
- ▶ BUKIECIARSTWA
- ▶ ĆWICZENIA SIŁOWE
- ▶ PROJEKTOWANIA, ARANŻACJI OGRODÓW

WARSZTATY:

- ▶ GORĄCYMI KAMIENIAMI
- ▶ BANĄ CHIŃSKĄ
- ▶ MANICURE HYBRYDOWY
- ▶ PRZEDŁUŻANIA I ZAGĘSZCZANIA RZĘS

JUŻ TRWA NABÓR !!! LICEUM OGÓLNOKSZTAŁCĄCE W RZESZOWIE

- ▶ TECHNIK FARMACEUTYCZNY
- ▶ TECHNIK MASAŻYSTA
- ▶ BIOMASAŻYSTA
- ▶ OPIEKUN DPS
- ▶ OPIEKUN MEDYCZNY (1 ROK)
- ▶ TECHNIK USŁUG KOSMETYCZNYCH
- ▶ TECHNIK ADMINISTRACJI (ZA DARMO)
- ▶ TECHNIK WETERYNARII
- ▶ TECHNIK INFORMATYKI (ZA DARMO)
- ▶ TECHNIK USŁUG FRYZJERSKICH
- ▶ TECHNIK ORTOPEDA
- ▶ TECHNIK STERYLIZACJI MEDYCZNEJ
- ▶ TERAPEUTA ZAJĘCIOWY
- ▶ ASYSTENTKA STOMATOLOGICZNA
- ▶ ASYSTENT OSOBY NIEPEŁNOSPRAWNEJ

Wydajemy zaświadczenie potrzebne naszym słuchaczom.

Rzeszów, ul. Jagiellońska 5, tel. (17) 853 25 09; 850 73 16, e-mail: rzeszow@akademia-zdrowia.pl

Kolekcja żakardowych paneli okiennych HAFT S.A.

Szukając dekoracji okiennej nie musimy ograniczać się do standardowych opcji. Oryginalne dodatki, które będą alternatywą dla klasycznych firan i zasłon, wprowadzą do naszych wnętrz intrygujący charakter. Pomysłowym rozwiązaniem na nietuzinkową stylizację okien są panele. Bogactwo wzorów i form pozwoli dobrać z kolekcji firmy HAFT S.A. panele odpowiednie do każdego typu wnętrza.

Subtelne wnętrza, którym uroku doda nawet drobny akcent, pięknie będą się komponować z panelami okiennymi zdobionymi motywem roślinnym. Model paneli 54150 z kolekcji HAFT S.A. podkreśli stylistykę utrzymaną w pastelowych odcie-

niach. Dlatego efektownie ozdobi zarówno klasyczne, stonowane wnętrza, jak i nowoczesne, pełne charakteru pomieszczenia. Nawiązania do natury, które odnajdziemy nie tylko w postaci delikatnie zarysowanych kwiatowych kształtów, ale również w odcieniach brązu i kremu, w których dostępne są panele firmy HAFT S. A., tworzą wrażenie harmonii i wprowadzają relaksujący nastrój.

Panele zdobione pomysłowymi wzorami będą sprawdzonym rozwiązaniem w pokoju dziecięcym.

Klasyczne pojazdy z dawnych czasów wyszyte na panelach 212160 z kolekcji HAFT S.A. przykują uwagę młodszych lokatorów, tworząc fantazyjną ozdobę okna. Prosty kształt firan panelowych, stabilny format oraz sięgająca do samej ziemi długość, odpowiednio osłonią okno i tym samym stworzą atmosferę subtelnej intymności. Żakardowe, białe panele HAFT S. A., z nadrukami starodawnych aut i epokowych wynalazków, dostępne są w trójelementowym komplecie.

Osoby, które jako pierwsze zadzwonią do redakcji 21 lutego, o godz. 14 otrzymają lambrekin od firmy HAFT SA.





Drzwi i podłogi **VOX**

OTWARCIE

22 LUTY

Tylko w dniu otwarcia
oferta specjalna na:

drzwi, panele, podłogi

Sanok, ul. Piastowska 117

PUSTAK PIANOWY

- SOLBET
- 24 x 24 x 49

SOLBET



OTWARCIE

22 LUTY

Tylko w dniu otwarcia
oferta specjalna na:

materiały budowlane

Sanok, ul. Piastowska 117



www.protezynog.pl



DOBRE PROTEZY

KOŃCZYN GÓRNYCH I DOLNYCH

35-005 Rzeszów
ul. Batorego 15
(blisko ZUS-u)

tel. 17 852 81 11
600 957 552

Zapraszamy

od pn. do pt.
w godz. 7:00-15:00

e-mail: biuro@protezynog.pl

UMOWA
NFZ

Uwaga! W Rzeszowie w promieniu 70 m są 3 zakłady ortopedyczne, ale o tym informują tylko najlepsi. Sprawdź czy dobrze trafiłeś.



Oferujemy korzystne warunki naprawy starych, uszkodzonych protez

Zapraszamy do naszych punktów:

- Nowy Sącz
- Krosno
- Sanok
- Przemyśl
- Tarnów
- Tarnobrzeg
- Ostrowiec Świętokrzyski
- Zamość

MIASTA W KTÓRYCH JESTEŚMY



SPRAWDŹ, KIEDY JESTEŚMY W TWOIM MIEŚCIE

tel. 17 852 81 11, 600 957 552



W szczególnych przypadkach oferujemy wizytę technika ortopedy w domu pacjenta.

Jakość wykonywanych przez Nasz Zakład usług gwarantuje zespół doświadczonych specjalistów, którym kieruje jeden z najlepszych techników w Polsce Pan **Marek Mach** - MISTRZ - TECHNIK ORTOPEDA wraz z **Tomaszem Kotem**, **Januszem Motyką**. Pan Marek Mach przez wiele lat był głównym protetykiem w Klinice Konstancin Jeziorna gdzie współpracował z Prof. M. Weissem współtworząc polską ortopedię. Pan Mach dodatkowo podnosił swoje umiejętności w Prosthetic America Inc w Chicago, obecnie mieszka i pracuje w Rzeszowie.

Nowoczesny park maszynowy pozwala na produkcję wysokiej jakości protez w konkurencyjnej cenie.



Precyzyjnie ustawiamy każdą protezę



Ponad 350 zadowolonych pacjentów rocznie

tel. 600 957 552 SPRAWDŹ, KIEDY JESTEŚMY W TWOIM MIEŚCIE



Ręczna obróbka gipsowego odlewu kikut



On wie jak...

A Ty?



Potrafisz udzielić PIERWSZEJ POMOCY?

*Kursy i szkolenia z zakresu udzielania pierwszej pomocy,
zgodne z najnowszymi wytycznymi
Europejskiej Rady Resuscytacji.*

Centrum Medyczne MEDYK, Rzeszów, ul. Szopena 1
e-mail: pierwszopomoc@medyk.rzeszow.pl
www.medyk.rzeszow.pl tel. 507 026 047

STOMATOLOGIA dla całej Rodziny

Oferujemy usługi z zakresu stomatologii zachowawczej,
chirurgii stomatologicznej oraz protetyki.

Opiekujemy się całymi rodzinami.
Każdego naszego Pacjenta traktujemy indywidualnie.

CENTRUM
MEDYCZNE 

Nowe gabinety stomatologiczne:

Rzeszów, Al. Powstańców Warszawy 28,
tel. 17 858 19 92

Rzeszów, ul. Leska 2, tel. 17 742 13 15



**NOWOŚĆ – Aktywny krem eliminujący
niedoskonałości**

Kobieca skóra w perfekcyjnej formie

Nowy preparat – Aktywny krem eliminujący niedoskonałości zapewnia kompleksowe działanie redukujące zmiany trądzikowe. Aktywnie działa na wszystkie przyczyny powstawania trądziku: odblokowuje zatkane pory, reguluje wydzielanie sebum, długotrwale matuje, redukuje ilość i wielkość grudek, krostek i zaskórników oraz zapobiega ich ponownemu pojawianiu się. Długotrwale nawilża oraz łagodzi podrażnienia.

Wskazania: Codzienna pielęgnacja skóry tłustej i skłonnej do zmian trądzikowych.

Właściwości:

Redukcja widoczności niedoskonałości występujących na skórze już po 7 dniach stosowania potwierdzona przez 85% badanych*

Długotrwale poprawa wyglądu skóry po regularnym stosowaniu preparatu potwierdzona przez 91% badanych**

Aktywne działanie na wszystkie przy-



czyny i objawy trądziku

Działanie anty-komedogennie, nie zatyka porów

*Badania aplikacyjne w Niezależnym Ośrodku Badawczym na zlecenie Laboratorium Iwostin, efekt *po 7 dniach stosowania oraz **21 dniach stosowania.

Sposób użycia: Należy codziennie rano nakładać odpowiednią ilość kremu na oczyszczoną i osuszoną skórę twarzy, omijając okolice oczu. Odpowiedni jako baza pod makijaż.

Substancje aktywne: kwas salicylowy, - i -hydroksywasy, Zinzidone, hialuronian sodu, witamina A (palmitynian retinolu), Cobiostab 400, DRY Flo PC (składnik matujący), EPS Seamat (składnik matujący), Po-reAway.



„Siostrunie”

Sztuka Dana Goggina, przetłumaczona na ponad dwadzieścia języków, odniosła ogromny sukces

w kilkudziesięciu krajach świata. W Polsce „Siostrunie” do swojego repertuaru wprowadzały w przeszłości najbardziej znane sceny muzyczne – Warszawie, Katowicach, Poznaniu i Gdyni. Musical reklamowany jako prozober poczucia humoru

polskich katolików. „Siostrunie” Dana Goggina nasycone są czarnym humorem, jednak bez nuty antyklerykalizmu. Absurdalny spektakl, łamiący wszelkie konwenanse i stereotypy.

W Teatrze im. Wandy Siemaszkowej w Rzeszowie „Siostrunie” reżyseruje Jan Szurmiej, znany rzeszowskiej publiczności z realizacji takich spektakli jak „Piaf”, „Sztukmistrz z Lublina” czy „Słodkie lata 20., 30...”.

Premiera musicalu odbędzie się 28 marca i uświetni obchody Międzynarodowego Dnia Teatru.

**EXTRA
PODKARPACIE**

ADRES REDAKCJI

35-074 Rzeszów,

ul. Gałęzowskiego 6/305

tel. (017) 852-10-06, pok. 305

extra-podkarpacie@extra-media.pl

REDAKTOR NACZELNA

Sabina Gajos

tel. 17 852 10 06, 603 790 207

s.gajos@extra-media.pl

WSPÓLPRACOWNICY

Marcin Kalita, Marta Studzińska,
Angelika Ślusarczyk, Tomasz Trzeciak,
Radosław Gajos, Marek Grzesik,

WYDAWCA

Media Rzeszów

Na podstawie umowy franchisejowej

z Extra Media Sp. z o.o.

PRZYGOTOWANIE GRAFICZNE

Łukasz Stężycki

DRUK Presspublica

ul. Drukarska 2, Raszyn

Redakcja nie odpowiada za treść reklam i ogłoszeń oraz zastrzega sobie prawo skrótu nadsyłanych materiałów.



Z NAMI ZOBACZYSZ WIĘCEJ!

Opticus
ZAKŁAD OPTYCZNY

RZESZÓW
ul. Baldachówka 3
tel. 17 853 64 33
pon.-pt. 9.00-17.30, sob. 10.00-13.00

KONTRAKT Z **NEZ** NOWE, DUŻE ZNIŻKI

OKULISTA

Komputerowe badanie wzroku (okulista)
wt., śr., czw., pt. od 15.00 do 17.00

- NAJMODNIEJSZE OPRAWY OKULAROWE
- SZKŁA PROGRESYWNE NOWEJ GENERACJI
- WIELOWARSTWOWE POWŁOKI ANTYREFLEKSYJNE
- MIĘKKIE SOCZEWKI KONTAKTOWE (oddechające)
- FOTOCHROMY ORGANICZNE (Transitions ng)