

nowa strona internetowa www.mediarzeszow.pl

TYGODNIK EXTRA PODKARPACIE

Program TV w środtku!

NR 313 • ROK IX • 7 LISTOPADA 2013 • RZESZÓW • KROSNO
E-MAIL: extra-podkarpacie@extra-media.pl • www.extrapolska.pl

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

APARTAMENTY ZAMKOWE

INWESTYCJĘ WSPÓLFINANSUJE: **GPBSbank**

UL. KOPISZÓW/PODWISŁOCZE
MIEJSCOWOŚĆ PODWISŁOCZE 2107 00 9507
www.apartamenty-zamkowe.pl

W REALIZACJI

GARDEN PLACE

UL. DUNKOWSKIEGO 31, 33
MIEJSCOWOŚĆ PODWISŁOCZE 2107 00 9507
www.gardenplace.pl

GOTOWE MIESZKANIA

HARTBEX

35-311 Rzeszów, ul. Kwikłowskiego 2a/1-4
tel. 17 250-94-47, fax 17 250-94-48
deweloperhartbex.pl

15 mln na modernizację przedszkoli

35 gmin i 12 stowarzyszeń prowadzących szkoły podstawowe wraz z oddziałami przedszkolnymi otrzymały ponad 15 mln złotych na modernizację 180 oddziałów przedszkolnych mieszczących się w 137 szkołach podstawowych.

Wojewódzki Urząd Pracy w Rzeszowie w imieniu Zarządu Województwa Podkarpackiego otrzymał ponad 17 mln zł na modernizację 197 oddziałów przedszkolnych.

Z przyznanej puli zostanie wykorzystane prawie 15 mln zł. Wnioski złożyli wszyscy uprawnieni łącznie 35 gmin i 12 stowarzyszeń prowadzących szkoły podstawowe wraz z oddziałami przedszkolnymi. Pozostała kwota w miarę potrzeb zostanie również rozdysponowana na

rzecz rozwoju przedszkoli – podkreśla Tomasz Czop, dyrektor Wojewódzkiego Urzędu Pracy w Rzeszowie.

Warunkiem otrzymania pieniędzy w wysokości nie przekraczającej 87 270,05 zł na każdy oddział przedszkolny było złożenie odpowiednio przygotowanego wniosku.

O fundusze na modernizację i podniesienie funkcjonalności oddziałów przedszkolnych mogły ubiegać się organy prowadzące publiczne i niepubliczne szkoły podstawowe, w których funkcjonują oddziały przedszkolne. Wsparciem zostały objęte placówki z terenów wiejskich i miejsko-wiejskich, a także te z terenów gmin o najniższym stopniu upowszechnienia – mówi Tomasz Czop.

W ramach przyznanych pieniędzy, oddziały przedszkolne będą mogły wyposażać place zabaw, dostosować pomieszczenia do potrzeb dzieci, szczególnie tych najmłodszych, w wieku 3 i 4 lat, zakupić odpowiednie wyposażenie, zabawki czy pomoce dydaktyczne – wymienia Tomasz Czop.

Fundusze, które za pośrednictwem Wojewódzkiego Urzędu Pracy w Rzeszowie trafiają do placówek mają przyczynić się do przystosowania i modernizacji oraz poprawy jakości usług edukacyjnych oddziałów przedszkolnych, likwidacji barier w dostępie do edukacji przedszkolnej i wyrównania szans edukacyjnych dzieci nieobjętych wychowaniem przedszkolnym.

reklama

Tylko 5 minut i wiesz wszystko!

Sprawdź kredyt gotówkowy

Przejdź do meritum

meritumbank

Placówka Partnerska Meritum Banku
Rzeszów, ul. Krakowska 12B, tel. 17 852 66 52, 664 143 726, godziny otwarcia: pn-pt: 9:00 - 17:00
Pełna informacja o kredycie, oporach i prowizjach jest dostępna na www.meritumbank.pl oraz w placówkach Banku.

PROMEDICA24
Opiekamy się ciałem

ODDZIAŁ W RZESZOWIE
ul. Hetmańska 3/2
17 711 00 22, 506 285 101
www.promedica24.pl

BEZPIECZNA PRACA W NIEMCZECH

OPIEKA NAD OSOBAMI STARSZYMI

Zapewniamy m.in.:

- bezpieczną i legalną formę współpracy
- bardzo atrakcyjne zarobki
- opłacony ZUS i pakiet dodatkowych ubezpieczeń

Pracuj z liderem na rynku!

POŻYCZKI 30-STKI

POZABANKOWE 784 696 696

EMERYCI I RENCIŚCI
BEZ OGRANICZENIA WIEKU

DO 10 000 ZŁ!

RÓWNIEŻ FIRMY

- WYPŁATA NATYCHMIASTOWA
- MOŻLIWOŚĆ SPŁATY W RATACH
- BEZ UDOKUMENTOWANEGO DOCHODU
- ZWROT CZĘŚCI PONIESIONYCH KOSZTÓW
- BEZPŁATNIE DOWOZIMY KLIENTA DO SIEDZIBY FIRMY, ABY ZAPOZNAŁ SIĘ Z OFERTĄ
- DECYZJA W 2h

ASNYKA 10, 784 696 696, 17 871 30 74
www.daiglobfinance.pl

po 1197

Implantologia stomatologiczna – kiedy i dla kogo?

Ładny, zdrowy uśmiech często uważany jest za kryterium sukcesu i atrakcyjności. Jednak mimo ciągłych postępów w medycynie ludzie nadal borykają się z chorobami zębów, a nawet ich utratą. Współczesna stomatologia oferuje różne rozwiązania pozwalające zatuszować brak uzębienia – coraz popularniejsza staje się implantologia.

Implant zębowy – co to właściwie jest?

Każdy zabieg, nawet ten określany jako całkowicie bezpieczny i wykonywany przez zaufanego specjalistę, może wiązać się z odczuwaniem przez nas dyskomfortu i niepokoju. Dlatego ważne jest, by stosować rozwiązania jak najbardziej trwałe, a jednocześnie związane z jak najmniejszą ingerencją. Implant zębowy to odpowiednik naturalnego korzenia zęba. Jest nim zazwyczaj tytanowa „śruba”, którą wprowadza się do kości szczęki lub żuchwy w miejscu utraconego zęba. Na implantcie

montowany jest łącznik oraz korona, które do złudzenia przypominają naturalne uzębienie. Jest to rozwiązanie dobre dla tych, którzy dbają nie tylko o ładny uśmiech, ale także o zdrowie. Tytan bowiem doskonale wrasta się w kość i łączy się z nią, co pozwala zachować zdrowy stan kości. Choć wydawać by się mogło, że wszczepienie implantu to bardzo skomplikowany zabieg, jest on uważany za najbardziej naturalne uzupełnienie braku zęba, więc nie musimy spodziewać się rewolucyjnych zmian w dotychczasowym stylu życia.

Dlaczego warto?

Główną zaletą wszczepienia implantu zębowego jest przywrócenie funkcji naturalnego uzębienia, a więc osiągnięcie takiego efektu i funkcjonalności jakie naturalne uzębienie. W przypadku implantów siły żucia są przenoszone bezpośrednio na kość, tak jak w przypadku naturalnego zęba. Ułatwia to zarówno mówienie, jak i

gryzienie, jednocześnie zwalniając z konieczności stosowania specjalnych klejów do protez, które często są źródłem dyskomfortu. Dodatkowo, decydując się na leczenie implantologiczne, nie powodujemy uszkodzenia zębów sąsiednich (otaczających lukę), co często się zdarza w przypadku stosowania innych metod odbudowy zębów.

Kolejnym powodem, dla którego wiele osób decyduje się na implantologię, jest estetyka. Zęby odbudowane na implantach są ładnie podobne do tych naturalnych, co umożliwia stosowanie tej metody leczenia także na przednim uzębieniu. Dzięki temu implanty zębowe są najlepszym rozwiązaniem dla wszystkich, którym zależy nie tylko na zdrowiu i komforcie, ale również na atrakcyjnym wyglądzie. Poza spełnianiem swoich podstawowych funkcji, jak żucie i gryzienie, piękny uśmiech jest także wizytówką każdego człowieka i warunkuje jego postrzeganie przez innych.

„Implantologia jest coraz częściej stosowana we współczesnej stomatologii. Można ją wykorzystać w protezowaniu dużych braków w uzębieniu oraz w bezzębiu do utrzymywania protez przy zanikłym podłożu protetycznym. Znacznie poprawia to komfort noszenia protez całkowitych w przypadku, kiedy niezbędne jest używanie kleju.” – podsumowuje dr n. med. Jarosław Cynkier, specjalista z dziedziny implantologii z placówki Medycall.

Implantologia jest często postrzegana jako kosztowna metoda leczenia. Konieczne jest tu porównanie dostępnych rozwiązań. Leczenie zęba to wydatek rozciągnięty w czasie, a implant jest inwestycją na długie lata. Jeśli nie dojdzie do poważnego mechanicznego urazu, nie ma konieczności usuwania lub poprawy implantu. Trwałość implantu zębowego to około 15-20 lat, a protezy lub mostu jedynie około 8-10 lat. Dlatego warto zainwestować i cieszyć się nie tylko ładnym uzębieniem, ale także z rozwiązaniem problemu długie lata.

Kiedy warto rozważyć leczenie implantologiczne?

Wiele osób zapomina o tym, że każdy brak w uzębieniu powinien zostać jak najszybciej uzupełniony. W przeciwnym razie pozostałe zęby są narażone na osłabienie (próchnica, nadwrażliwość), a nawet zanik kości. Nie należy więc zwlekać z podjęciem odpowiednich kroków – lepiej działać jak najszybciej. Dzięki temu oszczędzimy sobie późniejszych kłopotów. Zabieg wszczepienia implantu stosuje się w przypadku wypadnięcia lub ekstrakcji zęba. Ta metoda leczenia nie jest jednak przeznaczona dla każdego, dlatego przed podjęciem decyzji należy zapoznać się z przeciwwskazaniami. Implant zębowy może być wszczepiony jedynie osobom dorosłym, ponieważ istotną rolę odgrywa w tym przypadku zakończenie rozwoju kostnego (całkowite ukształtowanie kości szczęki). Pacjent decydujący się na wszczepienie implantu nie może także cierpieć na ciężkie zaburzenia ogólnoustrojowe i psychiczne. Nieodpowiednia higiena jamy ustnej, palenie tytoniu oraz choroby takie jak np. cukrzyca czy osteoporoza, mogą mieć negatywny wpływ na proces gojenia się ran. Podstawą staje się więc indywidualne postępowanie wobec pacjenta oraz konsultacja stomatologiczna przed rozpoczęciem leczenia.

Przed i po zabiegu

Każdy zabieg wiąże się z obawą ze strony pacjenta, dlatego ważne jest, by wszelkie wątpliwości były wyjaśniane przez dentystę prowadzącego leczenie. Leczenie implantologiczne można po-

reklama



Szkoła Rodzenia

Wspólnie zadbamy o Wasze małżeństwo

Nasza szkoła rodzenia powstała z myślą o rodzicach, którzy chcą profesjonalnie przygotować się do porodu oraz opieki nad potomkiem. Jest to miejsce, w którym każda przyszła mama uzyska odpowiedzi na dręczące ją pytania.



**CENTRUM
MEDYCZNE**



www.medyk.rzeszow.pl

Przychodnia "Słoneczny Stok",
Rzeszów, ul. Leska 2, tel. 17 742 13 15

STOMATOLOGIA

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

Opiekujemy się całymi rodzinami.
Każdego naszego Pacjenta traktujemy indywidualnie.

Nowe gabinety stomatologiczne:

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

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



dzielić na trzy etapy. Pierwszy z nich polega na wszczepieniu implantu w miejscu utraconego korzenia. Później, w czasie od 3 do 6 miesięcy, implant wrasta w kość. Ostatni etap (nazywany „etapem protetycznym”) polega na odbudowie korony zęba na zintegrowanym implantcie. U każdego pacjenta taki zabieg może się jednak różnić, nie należy więc zniechęcać się stosunkowo długim czasem regeneracji - przy sprzyjających warunkach anatomicznych czas całego leczenia implantoprotetycznego może się skrócić. By implant zębowy służył przez długi czas, po wykonanym zabiegu należy pamiętać o higienie jamy ustnej. Podstawą staje się mycie zębów co najmniej dwa razy dziennie (najlepiej po każdym posiłku) oraz codzienne nitkowanie przestrzeni międzyzębowych. Należy również przynajmniej raz na pół roku zgłaszać się na przegląd stomatologiczny oraz regularnie usuwać kamień nazębny. Warto jednak podkreślić, że stosowanie implantów nie wymaga żadnych szczególnych działań - podstawą staje się standardowa higiena jamy ustnej.

Piękny uśmiech to nie tylko ładne, ale także zdrowe zęby. Coraz bardziej popularne stają się zabiegi stomatologiczne, które uzupełniają braki w uzębieniu. Implanty poprawiają przede wszystkim jakość życia: wyglądają i funkcjonują jak naturalne zęby. Eliminują dyskomfort oraz wzmacniają naszą pewność siebie, co może mieć wpływ na życie prywatne. Implanty dentystyczne są najtrwalszym sposobem na uzupełnienie ubytków w jamie ustnej, więc warto potraktować je jako inwestycję na całe życie.



NOWOŚCI

Laboratorium Iwostin wprowadziło nowe formuły w jednej ze swoich najważniejszych linii - IWOSTIN CAPILLIN do pielęgnacji skóry naczynekowej i zaczerwienionej. Jako efekt badań powstała linia produktów bogatych synergicznie działające składniki aktywne (m.in. algi Aldavine 5x, Rhamnosoft, Pronalen Aesculus), wzmacniające naczynia i zmniejszające niekorzystne objawy skóry naczynekowej. Preparaty Iwostin Capillin o nowej formule wykazują potwierdzoną badaniami jeszcze wyższą skuteczność dla redukcji zaczerwienień.

Nowa linia **Iwostin Capillin** to również większa wygoda i przyjemność stosowania. Preparaty zostały wzbogacone w delikatną nutę zapachową, płyn micelarny zyskał nowe, poręczne opakowanie - okrągłą butelkę z wygodnym korkiem.

W odpowiedzi na potrzeby konsumentów konsystencje kremów na dzień dostosowane zostały do rodzaju skóry: lekka konsystencja dla osób ze skórą normalną i mieszaną, bogata konsystencja dla osób

ze skórą suchą i bardzo suchą. Wszystkie kremy na dzień zawierają filtry UVB: SPF 20, UVA: 10.



reklama

CHWILA ORIENTU

pierwszy na Podkarpaciu
profesjonalny salon masażu orientalnych i egzotycznych

Polecamy Masaże:

Tajski, Balijski, Shiatsu, Lomi Lomi Nui, Ajurwedyjski i inne
oraz Rytuały na ciało:

Egzotyczna Wyspa, Rajski Owoc, Chwila Orientu



Doświadczony Personel z Indonezji

Rzeszów, Al. Rejtana 27e, tel. 518866770 pon-czw 11⁰⁰ - 21⁰⁰ pt 11⁰⁰ - 22⁰⁰ sob.-niedz. 10⁰⁰ - 22⁰⁰

www.chwila-orientu.pl



**Zapraszamy do nowo
otwartego punktu**

ul. Asnyka 8 (obok CH Europa)
tel. 605 85 14 54

Cukiernia Pokusa

**Pyszne
naturalne wypieki
bez konserwantów
i sztucznych dodatków**

**Zapraszamy:
ul. Asnyka 8
(obok CH Europa)
tel. 605 85 14 54**

**E.LECLERC
Galeria Lazur
ul. Rejtana 69
tel. 17 864 35 00, 605 05 39 02**

www.cukierniapokusa.pl

e-mail: biuro@cukierniapokusa.pl

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. 017 852 10 06, 603 797 204
s.gajos@extra-media.pl

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

WYDAWCA
Media Rzeszów

Na podstawie umowy franchisej
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.

Restauracja Bohema

Specjalizujemy się w kuchni polskiej i regionalnej. Posiadamy salę konsumpcyjną
na 120 osób oraz dwie mniejsze na około 30 osób każda.
Proponujemy Państwu bogate menu złożone z dwudziestu dań,
szeroką gamę win i napojów alkoholowych.
Spotkamy indywidualne życzenia Klientów.

• wesela
• przyjęcia
• bankiety
• imprezy rozrywkowe
• imprezy okolicznościowe
• koncerty kameralne
• czwartki jazzowe
• dancingi
• dyskoteki
• oferujemy bogate menu
• catering

**Rezerwacja miejsca pod numerem
tel. (017) 853 70 32
ul. Okrzei 7, Rzeszów**





**WOLNE TERMINY NA PRZYJĘCIA
WESELNE**

TEATR IM. WANDY SIEMASZKOWEJ W RZESZOWIE
www.teatr-rzeszow.pl

Mikołajki w Teatrze



JAMES KRÜSS
TIM TALAR ALBO SPRZEDANY ŚMIECH

adaptacja Jan Dvořák, przekład Włodzisław Felenczak
reżyseria Ireneusz Maciejewski, scenografia i kostiumy Barbara Guzik
muzyka Piotr Nazaruk, choreografia Ewelina Ciszewska, teksty piosenek Malina Prześluga
obsada: Dagny Cipora, Małgorzata Machowska, Barbara Napieraj, Beata Zarembianka, Michał Chółka
Waldemar Czyższak, Józef Hankalo, Adam Mężyk, Mateusz Mikoś, Robert Zurek

„Tim Talar albo sprzedany śmiech” to swoista przypowieść o walce dobra ze złem oraz o tym, jak cenną wartością jest bezinteresowna przyjaźń, upór i optymizm. Mówi o konsekwentnych uderach własnej osobowości na rzecz dóbr materialnych, taniego błędnego, pozomych sukcesów czy pracy. Pokazuje jak łatwo człowiek staje się ofiarą manipulacji.
Przedstawienie dynamiczne i zaskakujące. Akcja sztuki wychodzi poza ramy tradycyjnie pojmowanej sceny, a każdy widz może stać się uczestnikiem działań teatralnych. Spektakl adresowany jest do dzieci, ale stroni od infantylizmu i dosłowności – jego twórcy z szacunkiem podchodzą do widza i jego inteligencji, pozostawiając miejsce na budowanie świata w jego wyobraźni.
W sztuce wykorzystano różne gatunki muzyczne, a radości dopełniają wykonywane na żywo piosenki.
Żywe i nowoczesne widowisko.

DUŻA SCENA
06.12 – godz. 18.00
Spektakl mikołajkowy wraz ze słodkim poczęstunkiem
cena biletów: dorośli – 30 zł, dzieci – 25 zł
- możliwość zakupu biletu rodzinnego

BIURO OBSŁUGI WIDZÓW tel./faks 17 853 22 52, tel. 17 853 20 01 wew. 341, 330
KASA BILETOWA 17 850 89 89, bilety@teatr-rzeszow.pl

Gotówka migiem na leciutkie 8% !

kredyt gotówkowy na 8%

by marzenia zgłową w chmurach,
spełniały się jak przyziemne potrzeby.



Oddział Wiodący
w Rzeszowie
ul. Podwisłocze 21
Tel. (17) 85 04 891

Oddział Operacyjny
w Rzeszowie
ul. 8 Marca 1
Tel. (17) 85 90 169

Oddział Operacyjny
w Strzyżowie
ul. Rynek 4
Tel. (17) 27 60 323

POK w Rzeszowie
ul. Grunwaldzka 4
Tel. (17) 85 07 272

Agencja w Rzeszowie
ul. Wyzwolenia 4
Tel. 730 131 165

Oddział Operacyjny
w Rzeszowie
ul. Rejtana 67
Tel. (17) 86 40 307

Oddział Operacyjny
w Rzeszowie
ul. Bohaterów 4
Tel. (17) 86 41 195

POK w Rzeszowie
ul. Rejtana 16c
Tel. (17) 85 06 589

POK w Rzeszowie
ul. Krynicka 1
Tel. (17) 85 91 103

POK w Tyczynie
ul. Św. Krzyża 14
Tel. (17) 87 33 326

INFO: 801 372 772

www.pbsbank.pl

Bank młody od pokoleń

PBSbank
Podkarpacki Bank Spółdzielczy

Warunki dotyczą kredytu do kwoty 3000 zł z maksymalnym okresem kredytowania 12 miesięcy. RRSO na dzień 10 kwietnia 2018 r. dla repozycji 300000000 przykładowo wynosi 11,43% do całkowitej kwoty kredytu 3000 zł, spłacanej w 12 ratach kapitałowo - odsetkowych (mniejszej raty) - 175,4000. Stopy oprocentowania kredytu 8% w skomponowaniu rocznym. Całkowita kwota do zapłaty wynosi 2117,01 zł w tym odsetki - 87,01 zł i prowizja - 660,00.

Dobrze mieć **Bank Spółdzielczy** za sąsiada



Karolina Bartkowska-Mazur- Dyrektor PBSbank
Oddział Wiodący W Rzeszowie

Dla Banków Spółdzielczych z Grupy BPS, która jest największym zrzeszeniem Banków Spółdzielczych w Polsce, misją i podstawą działalności jest pomoc w gospodarczym i kulturalnym rozwoju lokalnych społeczności. Przyczyniają się one do rozwoju społecznego swoich regionów, ponieważ nie nastawiają się na bezwzględna maksymalizację zysków.

Klient przychodzący do Banku Spółdzielczego najpierw spotyka drugiego człowieka. Dopiero w dalszej kolejności ma do czynienia z procedurami bankowymi i niezbędnymi analizami. Dzieje się tak dlatego, że działając przez lata w tej samej miejscowości, Banki Spółdzielcze stały się nieodłącznym elementem społeczności lokalnej. Są silną i doskonale rozpoznawalną marką, a klienci wiedzą, że mieszkający się po sąsiedzku bank jest wiarygodny i stabilny. Banki Spółdzielcze aktywnie uczestniczą w życiu swoich społeczności, wspierając je finansowo oraz merytorycznie. Angażują się w inicjatywy z dziedziny kultury i sztuki, sportu, edukacji, w projekty dobroczynne, a także w inne inicjatywy społeczne.

Rozmawiamy z Panią Karoliną Bartkowską-Mazur- Dyrektorem PBSbank Oddział Wiodący w Rzeszowie

Pani Dyrektor proszę powiedzieć, jakie korzyści z działania Banku Spółdzielczego mają mieszkańcy Podkarpacia?

-Zaangażowanie społeczne naszego Banku postępuje na wielu płaszczyznach. Od wielu lat PBSbank wspiera inicjatywy lokalnych społeczności, placówki oświatowe, inicjuje i wspiera wydarzenia kulturalne w regionie, a także dba o rozwój dzieci. Wspomagamy wiele drużyn sportowych z Podkarpacia, które dzięki pomocy finansowej mają szansę się rozwijać.

We wrześniu br. stworzyliśmy Fundację PBS „Pomagam”, której głównym zadaniem jest wspomaganie rozwoju intelektualnego i fizycznego dzieci, pomoc w tworzenie klas integracyjnych i stwarzanie równych szans rozwoju dla naszych najmłodszych pociech. Korzystając z usług PBSbank klienci bezpośrednio wspomagają dzieci, gdyż Bank zrzuca się części dochodów na rzecz Fundacji. Celemu przedsięwzięciu patronuje Artur Andrus.

Działalność charytatywna i duże zaangażowanie Banków Spółdziel-

czych w akcje prospołeczne umacniają ich silne związki z mieszkańcami swojej okolicy. Często postrzegane są jako mecenas i dobroczyńca regionu. Finansują organizacje oświatowe, kulturalne oraz pomagają najbardziej potrzebującym. W minionych latach Grupa BPS zaangażowała się w szereg przedsięwzięć w skali lokalnej oraz ogólnopolskiej. Jest jednym ze sponsorów strategicznych Fundacji Dziecięca Fantazja, która spełnia marzenia nieuleczalnie chorych dzieci. Grupa wspiera też memoriał Agaty Mróz-Olszewskiej mający na celu podniesienie świadomości społecznej dotyczącej krwiodawstwa oraz transplantacji i przeszczepu szpiku kostnego. Banki Spółdzielcze mocno angażują się też w finansowanie przedsięwzięć sportowych. Wspierały m.in. bieg „Policz się z cukrzycą” organizowany w ramach XIX Finału Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy. Dodatkowo Bank BPS wspiera lokalne inicjatywy sportowe, edukacyjne oraz samorządowe, jak np. Społeczny Komitet Pomocy Polskim Szkołom na Litwie, Ogólnopolski Cech Rzemieślników Artystów, miejscowe kluby sportowe, wydarzenia poświęcone bankowości spółdzielczej, a także święta samorządowe.

Joanna Gajos

reklama

Salon Optyczny TWOJE SPOJRZENIE NA ŚWIAT

BooS



**Rabat na wszystkie
okulary przeciwsłoneczne 30%**

**Na hasło: Extra Podkarpacie 20% rabatu
na oprawę okularową**

**Badanie z dopasowaniem
soczewek kontaktowych tylko 50 zł***

Zawsze aktualne promocje na

www.boos.pl

Salon Optyczny BooS

ul. ks. Dymnickiego 1
(boczna 3-go Maja, obok Pasażu Rzeszów)

RZESZÓW

tel. 17 853 50 45

email: salonboos@wp.pl

* Prosimy o wcześniejszą rejestrację - ilość badań w promocyjnej cenie ograniczona

Z gościnną wizytą w Szkole Podstawowej w Brzyskiej Woli !!!

W dniu 28.10.2013 roku w Szkole Podstawowej w Brzyskiej Woli odbyła się uroczystość pasowania na uczniów pierwszoklasistów. W ramach tej uroczystości dzieci przedstawiły program słowno-muzyczny przygotowany przez panie nauczycielki i opiekunów. Nowi uczniowie szkoły zostali oficjalnie pasowani na ucznia i przyjęci do klasy pierwszej.

W ramach tej uroczystości uczniowie mieli okazję poznać także wybitnego sportowca Podkarpacia pana Rafała Wilka. Jest to wieloletni polski żużlowiec, trener żużlowy, sportowiec. Wraz z zakończeniem kariery sportowca na żużlu, przerwaną tragicznym wypadkiem, reprezentuje obecnie barwy Polski w tak zwanych wyścigach kolarskich na rowerze z napędem ręcznym, tzw. handbike. W tej dyscyplinie odnosi olbrzymie sukcesy (1. miejsce w Mistrzostwach Polski, VI w MŚ w jeździe na czas, cztery zwycięstwa w zawodach Pucharu Europy, 2. miejsce w maratonie nowojorskim; 1. miejsce w klasyfikacji generalnej Pucharu Świata 2012). W 2012 roku podczas XIV letnich igrzysk paraolimpijskich w Londynie zdobył dwa złote medale w kolarstwie szosowym w kategorii H3 (tzw.



handbike). Wielkim sukcesem okazały się dla pana Rafała tegoroczne Mistrzostw Świata w Kanadzie gdzie wywalczył dwa złote medale w jeździe indywidualnej na czas, a także wygrał wyścig ze startu wspólnego.

W spotkaniu z naszym Mistrzem Paraolimpijskim uczestniczyli: dyrektor Szkoły Podstawowej w Brzyskiej Woli – pani Beata Kamińska, wicestarosta leżajski – pan Marek Kogut, przewodniczący Rady Gminy w Kuryłowie – pan Stanisław Kotulski, dziennikarz Akademickiego Radia i Telewizji Centrum – pan Marek Grzesik oraz redaktor Gazety Supernowosci – pan Krzysztof Pipała.

Wicestarosta Marek Kogut serdecznie podziękował zgromadzonym gościom za udział w tak pięknej uroczystości i życzył pierwszoklasistom tak dużo zapału do nauki, jak i chęci uczestniczenia w zajęciach sportowych i rozwoju fizycznego jaki reprezentuje odwiedzający ich pan Rafał Wilk.

Na zakończenie spotkania dzieci otrzymały drobne upominki, a cała sala łącznie z najmłodszymi dziećmi ruszyła zobaczyć medale olimpijskie Rafała Wilka i poprosić go o autografy.

Marek Grzesik

Mocne wejście Twojej firmy

Podjęcie decyzji o założeniu własnej działalności gospodarczej, oprócz formalności związanych z samym procesem rejestracji firmy, już od pierwszego dnia powinniśmy pamiętać o elementach wizerunkowych naszego biznesu. Ważne jest to o tyle, że decyzje podjęte na starcie będą nam towarzyszyć przez cały okres prowadzenia przedsiębiorstwa.

Nazwa firmy, odpowiednia domena i strona www czy wreszcie reklama świadczą o tym, jak nasza firma będzie postrzegana przez potencjalnych kontrahentów. Jak wśród wielu pomysłów wybrać ten właściwy, aby zainteresować i zatrzymać przy sobie klientów?

Nie szata zdobi firmę lecz nazwa

Wybierając nazwę dla naszego przedsiębiorstwa warto znaleźć złoty środek pomiędzy przyciągającym uwagę, nowatorskim pomysłem a łatwym do zapamiętania, solidnym „szlągierem”, funkcjonującym w branży. Jeśli bowiem damy się ponieść wyobraźni i biznes przyjmie niepoważne lub niezrozumiałe „imię”, w ten sam sposób może być traktowana przez naszych przyszłych interesantów. Dlatego tak ważne jest, aby brać pod uwagę grupę odbiorców, do których skierowana jest nasza oferta. I tak, zabawne i intrygujące nazwy idealnie sprawdzą się dla osób otwierających salę zabaw dla dzieci lub kawiarnię. Z drugiej strony jeśli chcemy podążać za aktualną modą i popularnym trendem - to nadając firmie budowlanej nazwę z końcówką -bud a prywatnemu gabinetowi lekarskiemu z końcówką -med, możemy utonąć wśród setek innych konkuren-

cyjnych biznesów o podobnych nazwach. Zastanówmy się również czy planujemy ekspansję na rynek międzynarodowy, jeśli tak nie używamy w nazwie firmy wyrazów z polskimi znakami diakrytycznymi jak ą, ę, ć, ń itp.

W przypadku jednoosobowej działalności, za nazwę można przyjąć imię i nazwisko jej właściciela. W ten sposób ryzykujemy jednak, że sukcesy i porażki firmy będą utożsamiane z wizerunkiem osoby, która ją prowadzi. Na koniec warto sprawdzić, chociażby wpisując wymyśloną nazwę w wyszukiwarce internetowej, czy w naszym mieście nie istnieje czasem kilka przedsiębiorstw o takiej samej lub podobnej nazwie.

Znajdź-nas-w-sieci.pl

Już na samym początku działania naszego przedsiębiorstwa w „realu”, powinniśmy zastanowić się nad jego funkcjonowaniem w świecie wirtualnym. Nawet jednoosobowe działalności mają strony internetowe, które automatycznie są wizytówkami reklamującymi ich ofertę. - Aby zarezerwować swoje miejsce w Internecie możemy skorzystać z usług firm hostingowych, które zajmują się udostępnianiem wycinka przestrzeni dyskowej serwera – mówi Jakub Wietrzyk, specjalista od nowych technologii wfirma.pl. - Hosting oprócz miejsca na serwerze zazwyczaj daje konta poczty e-mail, panel obsługi i pakiet transferu – dodaje ekspert. Na nasz indywidualny adres internetowy składa się najczęściej nazwa firmy oraz charakterystycznej końcówka. W Polsce najbardziej popularne zakończenie domeny to .pl, które sugeruje zasięg ogólnokrajowy. Jeśli natomiast biznes działa na terenie całej

wspólnoty europejskiej, warto zdecydować się na końcówkę .eu. O zasięgu regionalnym mówi zakończenie składające się z nazwy miejscowości lub jej skrótu i rozszerzenia .pl np. .wroclaw.pl, .legnica.pl. czy .dolnyslask.pl. Nazwy zwykle oddzielone są kropkami. Przy wyborze odpowiedniej domeny nie bez znaczenia są pieniądze jakie musimy na nią przeznaczyć.

Najdroższą domeną w polskich warunkach jest ta najbardziej popularna czyli .pl – mówi Jakub Wietrzyk z wfirma.pl. – Jej cena waha się w okolicach 10 PLN za rejestrację i 50 PLN za odnowienie po roku. Do tego wydatku powinniśmy jeszcze dodać koszt związany ze stworzeniem naszej strony internetowej przedsiębiorstwa, których ceny wahają się od 0 PLN (gotowy szablon w pakiecie z hostingiem i edytorem do strony) po kilka tys. zł w przypadku bardziej rozbudowanych stron firmowych – dodaje ekspert.

Reklama dźwignią firmy

Choć marketing i dobre rozreklamowanie firmy to działania długofalowe, warto zacząć je jak najwcześniej, aby szybciej cieszyć się ich efektami. Przed rozpoczęciem jakiegokolwiek komunikacji, powinniśmy dokładnie określić i opisać grupę docelową naszych usług i produktów. Od tego powinno zależeć jaką formę marketingu wybierzemy. Pamiętajmy, że starszych osób nie przekonamy do naszej oferty dwuznacznymi sloganami, a młodzieży nie zainteresujemy masowo wrzucany-



mi do skrzynki pocztowej ulotkami. Dlatego warto śledzić najnowsze trendy i wykorzystać do promocji swojej firmy np. narzędzia e-marketingu takie, jak pozycjonowanie, linki sponsorowane, prowadzenie komunikacji na forach internetowych lub portalach społecznościowych. Możliwości jest wiele, jednak nie zapominajmy wybrać tych, które będą odpowiednie dla rodzaju i profilu naszej firmy. Jeśli natomiast, aby zaistnieć w świadomości przyszłych klientów i konkurencji, chcemy skorzystać z bardziej tradycyjnej formy reklamy, warto umieścić reklamy lub artykuły sponsorowane w pismach branżowych. Dla biznesu lokalnego dobrym sposobem na przedstawienie swojej oferty są ogłoszenia w prasie regionalnej oraz w darmowych gazetkach osiedlowych. Przemyślnie dobrać treść i wygląd takiego ogłoszenia, niech kolorystyka będzie spójna z logotypem naszej firmy, a język komunikatów dostosowany do rodzaju gazety i jej czytelników. Działania reklamowe często nieświadomie, ale bardzo skutecznie prowadzą za nas sami klienci. Marketing szeptany ma taką moc, ponieważ konsumenci są coraz bardziej sceptycznie nastawieni do tradycyjnych reklam, za to chętnie czerpią wiedzę z doświadczeń innych. Pamiętajmy jednak, że jak szybko rozchodzą się dobre opinie tak, jeśli przedsiębiorstwo zyska złą sławę, bardzo długo i ciężko będzie wymazać ją ze świadomości klientów. Ostatnim elementem, na który powinniśmy zwrócić uwagę podczas planowania działań promocyjnych jest śledzenie konkurencji. Dzięki temu nie tylko unikniemy wtórnego kopiowania aktywności innych, ale również będziemy mogli być o krok przed wszystkimi.



MARCEL

Nowa expresowa linia autobusowa

RZESZÓW – KRAKÓW

www.marcel-bus.pl

tel. 795 005 006

Konkursy regionalne

Dzień bez Długów to doskonała okazja, by zmierzyć się ze swoimi zaległościami finansowymi. Skontaktujmy się z wierzycielem (np. bankiem lub firmą, do której trafił nasz dług) i porozmawiajmy o możliwościach spłaty zadłużenia np. w dogodnych ratach. Warto się zmobilizować i zrobić pierwszy krok w kierunku wyjścia z długów. Ten dzień to również dobry moment na to, by oddać rodzinie i znajomym nawet najmniejsze pożyczone kwoty.



Pytanie konkursowe

W którym miesiącu obchodzony jest Dzień Bez Długów, zainicjowany przez Grupę KRUK i zachęcający Polaków do aktywnego działania, aby pozbyć się długów?

Osoby, które jako pierwsze zadzwonią do redakcji 7 listopada o godz.11 i odpowiedzą prawidłowo na pytanie konkursowe zostaną nagrodzone.

Wzrastaj razem z nami!

Od spotkania z Janem Grzesiakiem – aktorem teatralnym i trenerem występów publicznych, rozpoczął się w naszym mieście kolejny sezon cyklicznych spotkań w ramach Klubów Aktywnego Rozwoju.

29 października w rzeszowskim Multikinie, każdy miał okazję na zdobycie cennej wiedzy, przydatnej do nauzenia się nie tylko większej otwartości na świat ale i pewności siebie. Krótko po 19:00 rozpoczęło się pierwsze po wakacjach szkolenie organizowane przez fundację Wzra-

stam, które poprowadził Jan Grzesiak. Na dwugodzinym spotkaniu z tym wybitnym specjalistą w dziedzinie rozwoju osobistego i treningów motywacyjnych stawia się spora liczba zainteresowanych osób, które mogły dowiedzieć się czegoś więcej w temacie ciętej riposty – czyli właściwego podejścia do utrudnień, jakie napotykamy na co dzień w otaczającym nas świecie. Po zakończeniu oficjalnej części, każdy miał możliwość porozmawiać z trenerem osobiście, z czego spora liczba obecnych tego wieczoru skorzystała. O tym, że warto było się pojawić na tych warsztatach najlepiej świadczy zadowole-

nie samych uczestników: – To spotkanie uświadomiło mi, że denerwując się, tak naprawdę krzywdzę tylko samego siebie – stwierdza Dawid, jeden z tych, którzy mieli okazję do rozmowy z Janem Grzesiakiem w kulisach. Kolejne spotkanie Klubów Aktywnego Rozwoju odbędzie się już za miesiąc. 19 listopada w Multikinie zagości Ryszard Kętrzyński. Więcej informacji na ten temat można uzyskać na stronie www.kluby.wzrastam.se oraz na Facebooku.

Redaktor Klubów Aktywnego Rozwoju
Krzysztof Socha

reklama



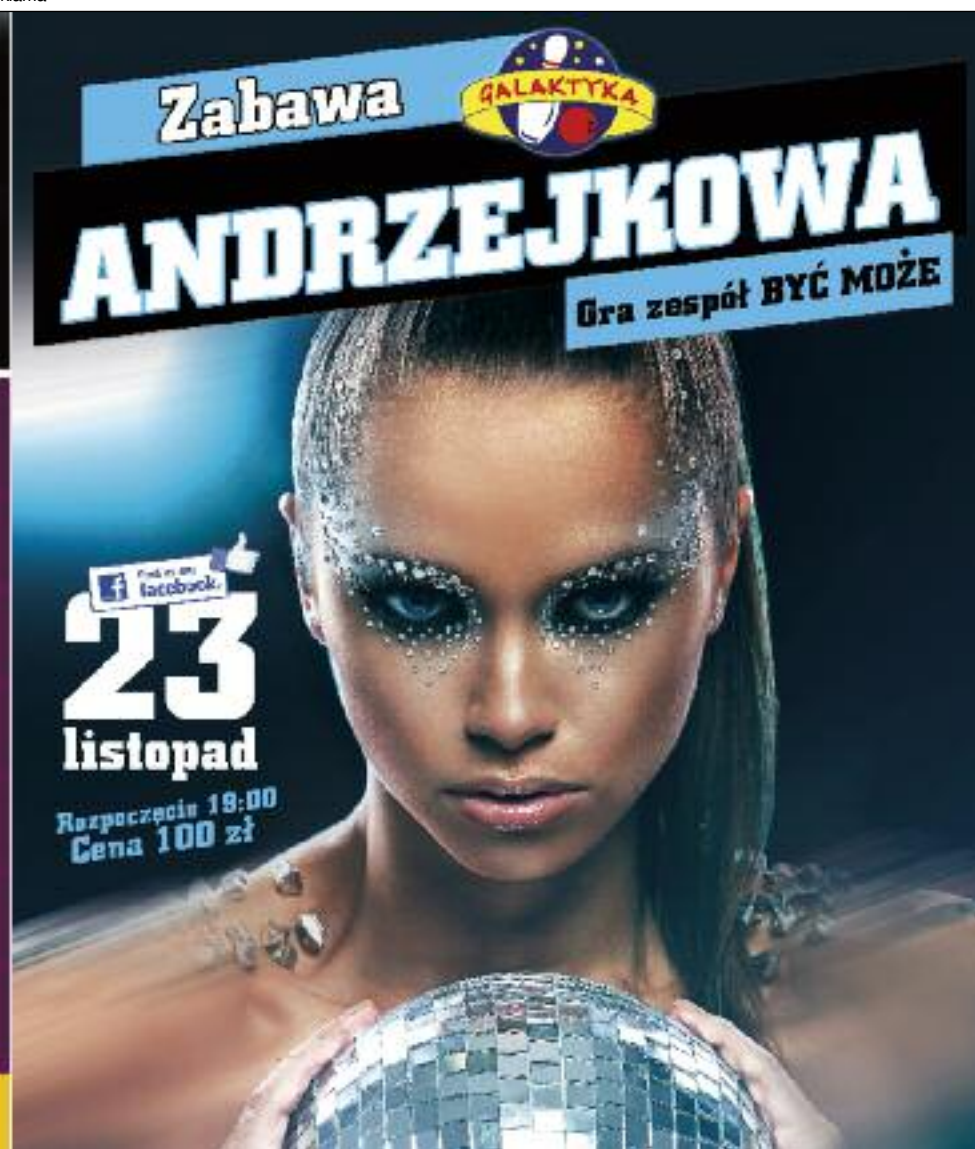
GAŁAKTYKA

TYDZIEŃ PROMOCJI

PN	Poniedziałek dla każdego ! 35 zł za godzinę gry w kregle przez cały dzień
WT	STUDENCI ! (do 20:00) 2- godzinna gry w kregle 20 zł. Piwo lane Tyskie Klasyczne 5 zł
SR	STUDENCI ! (do 20:00) 2- godzinna gry w kregle 20 zł. Piwo lane Tyskie Klasyczne 5 zł
CZW	Studenckie Czwartki ! Przez cały dzień godzinna gry w kregle 35 zł dla studentów. Piwo lane Tyskie Klasyczne 5 zł
PT	-50 % (po 23:00) - 50% ceny za godzinę gry w kregle
SO	-50 % (po 23:00) - 50% ceny za godzinę gry w kregle
ND	Rodzinne Niedziele ! (do 17:00) Przy zakupie 2 godz. kregla - duża pizza Brooklyn Grátis !

www.galaktyka.rzeszow.pl
tel.: 17 85 90 880

Find us on facebook



Zabawa

GAŁAKTYKA

ANDRZEJKOWA

Gra zespół BYĆ MOŻE

23
listopad

Rozpoczęcie 19:00
Cena 100 zł

Find us on facebook

Woda na ból głowy!

Dobroczynne właściwości wody są niezaprzeczalne, a jej zalety powszechnie znane. Woda pomaga podczas odchudzania, nawilża skórę, jest niezbędna każdemu organizmowi do życia, ale to tylko część korzyści. Jak pokazują badania, woda ma zbawienny wpływ także na pracę naszego mózgu.

Średnio 70% masy dorosłego człowieka stanowi woda, a samego mózgu ok. 85 %. Te dane pokazują, że nie jest to substancja, którą możemy ignorować. Wręcz przeciwnie, warto znać jej właściwości oraz sposób oddziaływania na nasz organizm.

Chcesz zdać egzamin? Pij wodę

Naukowcy z londyńskich uniwersytetów, University of East London oraz University of Westminster, udowodnili, że picie wody rzeczywiście poprawia pracę naszego mózgu. Doświadczenie przeprowadzone zostało na grupie 34 dorosłych osób, które poproszone zostały przed badaniem o nieprzyjmowanie pokarmów i płynów przez noc. W laboratorium otrzymali śniadanie: dla części z nich zawierało ono wodę, pozostali spożywali posiłek bez niej. Następnym etapem eksperymentu było badanie polegające na sprawdzeniu szybkości reakcji. Uczestnicy mieli wciskać przycisk, jak tylko zobaczył obraz na ekranie

komputera. Wyniki pokazały, że osoby z grupy „wodnej” reagowały o 14 % szybciej od tych, którzy wody nie pili. Ich zdolność do myślenia została zwiększona dzięki lepszej pracy mózgu, którą zapewnia właśnie woda.

Wydaje się to szczególnie ważną wskazówką dla wszystkich uczniów i studentów, którzy przed takimi eksperymentami stają na co dzień, w trakcie egzaminów. Szklanka wody podczas nauki, butelka zabrana ze sobą na salę egzaminacyjną, takie proste czynności zwiększają szanse osiągnięcia lepszego wyniku. Niedobór wody w mózgu osłabia go, co ma bezpośredni wpływ na nasze procesy myślowe. Małego pragnienia możemy nawet fizycznie nie odczuwać, ale ma ono miejsce i nasz mózg musi sobie z tym radzić, co przeszkadza w realizowaniu jego innych zadań. Dopiero kiedy pragnienie zostanie zaspokojone, mózg może skupić się na wykonywaniu innego zadania.

Problem stanowi możliwość wnoszenia na salę egzaminacyjną butelek z wodą. Nie każda sytuacja, w której nasza wiedza ma być sprawdzana sprzyja sięganiu po wodę, zależy to od specyfiki sytuacji. Jeżeli więc niemożliwe jest zapewnienie sobie odpowiedniego nawodnienia w

trakcie, zadbajmy o to przed egzaminem. Zwłaszcza godziny spędzone na nauce to czas kiedy nasz mózg potrzebuje dodatkowego wsparcia. Gdy pracujemy do późnych godzin, czy przygotowujemy się do egzaminu na następny dzień, zależy nam na jak najefektywniejszym działaniu naszego mózgu, ale zmęczenie to uniemożliwia. Choć zwykle sięgamy po płyny, które wydają się bardziej pomocne w takich sytuacjach, jak np. kawa, czy napoje energetyczne, to woda jest doskonałym i prostym rozwiązaniem, łatwo dostępnym dla każdego.

Gdy boli głowa...

Pierwsze co robimy, gdy odczuwamy ból, to sięgnięcie po tabletkę, która w szybki



sposób powinna nam pomóc. Ale jest to rozwiązanie chwilowe, w którym nawet nie próbujemy dociekać przyczyn, a te mogą być różne. Jedną z nich jest bardzo prozaiczna – to po prostu odwodnienie. Takie wnioski opublikowane zostały przez naukowców z Uniwersytetu w Maastricht. Osoby pijące regularnie wodę miewają bóle głowy rzadziej, wypicie nawet kilku łyków może okazać się doskonałym lekarstwem, także na migreny. Dodatkową szklanką wody w ciągu dnia nie zaszkodzi, a może pomóc nam uniknąć nieprzyjemnego uczucia. Jest to związane ze zwiększonym stężeniem toksyn w organizmie, co może powodować bóle np. głowy. Woda jest sposobem na pozbycie się toksyn, a tym samym lekarstwem na cierpienie. Odwodnienie jest groźne nie tylko ze względu na spadek reakcji, nasz układ nerwowy potrzebuje płynów, by w ogóle działać prawidłowo. Picie wody może zażegnać nie tylko ból głowy, ale też towarzyszące mu często zmęczenie, czy senność. Odwodnienie jest niebezpieczne dla naszego życia. Nie przypadkowo człowiek jest w stanie

przeżyć bez jedzenia nawet miesiąc, ale bez wody umiera po kilku dniach.

Uniwersalna recepta

Woda jest rozwiązaniem wielu zdrowotnych problemów, dlatego warto po nią sięgać. Należy jednak zwracać uwagę na to co pijemy i w jakich ilościach. Najlepiej pić wodę mineralną, która spełni swoją rolę i nawodni nasz organizm, a jednocześnie dostarczy niezbędnych mikroelementów. Szukając odpowiedniej zwracamy uwagę na skład produktu, etykieta podpowie nam, czy dana woda jest dla nas naprawdę dobra i jakie składniki zawiera. Zmienną, którą szczególnie powinniśmy brać pod uwagę, jest sód.

W naszej diecie możemy znaleźć zbyt dużo tego pierwiastka, głównie dzięki spożyciu nadmiernej ilości soli. Niska zawartość sodu w wodzie sprawia, że może być ona spożywana bez ograniczeń, nie tylko ilościowych, ale i wiekowych (niskosodowa jest np. Naturalna Woda Mineralna Ustroniana). Zalecane jest picie dziennie ok. 2 litrów płynów, ale tę ilość trzeba modyfikować w zależności od prowadzonego stylu życia. Nie należy spożywać wody od razu w większych ilościach, lepiej uzupełniać płyny stopniowo. Recepta na tak różne problemy jak ból głowy, egzamin, zmęczenie jest jedna – woda. Zawsze pod ręką miejmy więc butelkę wody, żeby w razie potrzeby móc zastosować szybką pomoc, a zamiast popijać ją tabletką przeciwbólową pozostawmy przy samym wypiciu szklanki wody. Nie bez powodu najprostsze rozwiązania uważane są za najlepsze.

reklama

NOWOŚĆ
NIEGAZOWANA
WODA ŹRÓDLANA
Odpowiednia dla przygotowania
żywności dla niemowląt

Z myślą o Tobie i Twoim dziecku

tel. 13 4357 428, fax 13 4357 477
www.uzdrowisko-rymanow.com.pl
celestynka@uzdrowisko-rymanow.com.pl



NAJLEPSZE PROTEZY W POLSCE POŁUDNIOWO-WSCHODNIEJ

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

www.protezynog.pl

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

**UMOWA
NFZ**



Ponad 350 zadowolonych pacjentów rocznie

Zakład specjalizuje się w produkcji protez:

Kończyn dolnych uda i podudzia (modularne, z tworzywa sztucznego oraz włókna węglowego).

Protezy wyposażone są w nowoczesne:

stawy kolanowe: wieloosłowe, pneumatyczne, hydrauliczne, ze zdalnym kierowaniem za pomocą mikroprocesorów;

stopę protezową: węglową, pylonową, z mikroprocesorem (dzięki wykorzystaniu mikroprocesora stopa bardzo dobrze dopasowuje się do zmian powierzchni podczas chodzenia), z możliwością regulacji wysokości obcasa;

leje silikonowe: dostosowane do każdego rodzaju kikutu.

Wyłuszczeniu w stawie biodrowym (cała kończyna).

Kończyn górnych (przedramienia, ramienia oraz przy całkowitej amputacji kończyny)

protezy kosmetyczne, mechaniczne, bioelektryczne

protezy hybrydowe – łączą w jednym urządzeniu cechy dwóch typów protez: mechanicznych i kosmetycznych.

Wykonujemy protezy wodoodporne.

Zapraszamy Państwa do siedziby naszej firmy, gdzie szczegółowych informacji udzieli Kierownik Rzeszowskich Zakładów Ortopedycznych Grzegorz Młynek

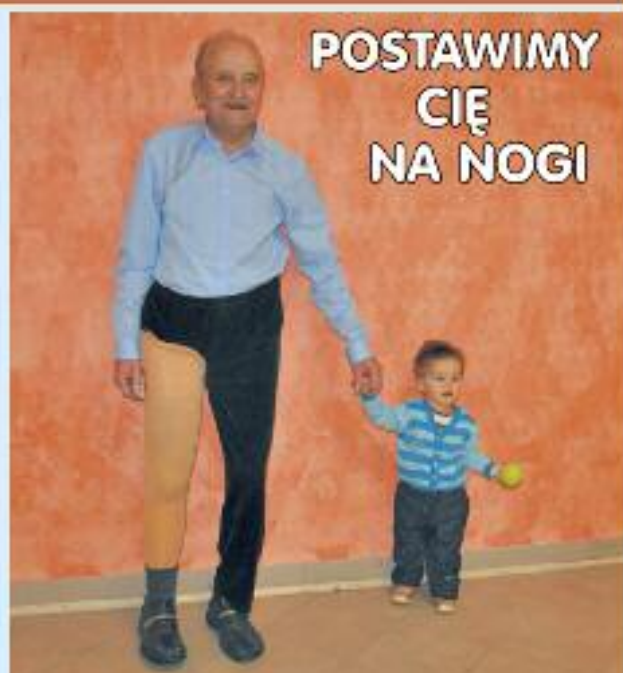
tel. 17 852 81 11, 600 957 552



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 I 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. Weisssem współtworząc polską ortopedię. Pan Mach dodatkowo podnosił swoje umiejętności w Prosthetic America Lim w Chicago, obecnie mieszka i pracuje w Rzeszowie.

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



**POSTAWIMY
CIĘ
NA NOGI**



**Jesteś
zadowolony
z naszych
usług
polecaj nas !!!**

