TYGODNIK
EXTRA PODKARPACIE

NR 305 • ROK IX • 14 MARCA 2013 • RZESZÓW • KROSNO
E-MAIL: extra-podkarpacie@extra-media.pl • www.podkarpacie.extrapolska.pl

GAZETA BEZPŁATNA

POLECAMY

- Domy i mieszkania w „Projektancie” - str.3
-Bezpłatne szkolenia - str.5
-Szkoła inna niż wszystkie - str.11

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

RE-MAL
Rzeszów, Gałęzowskiego 6/321
tel. 501 536 061
Kompleksowe prace wysokościowe

Z tym kuponem zakupy bez VAT-u
KOSTKA BRUKOWA
SPRZEDAŻ I UKŁADANIE
USŁUGI KOPARKO-ŁADOWARKĄ
Firma „SOŁONRES BW”
SolonRes
35-959 Rzeszów, ul. Podkarpacka 8, tel. 17 854 03 68
al. Armii Krajowej 4A, (plac DEXA) kom. 668 010 609
Krasne (kier. Malawa), tel. 17 855 54 38
e-mail: solonresbw@vp.pl
www.solonres.pl

TARGI BUDOWNICTWA
expo dom
15-17 marca
Rzeszów, Hala PODPROMIE
BUDOWNICTWO • NIERUCHOMOŚCI • WNĘTRZA
Godziny zwiedzania: 15-16 marca 10⁰⁰ - 18⁰⁰
17 marca 10⁰⁰ - 17⁰⁰
MTR
Rekordowa pula nagród dla Zwiedzających!
www.budownictwo.targirzeszowskie.pl

D&D LAPTOPY
www.dd.rzeszow.pl
Rzeszów, ul. Podwisłocze 6, tel. 17 857 64 43
SPRZEDAŻ i USŁUGI
- Komputery i kasy fiskalne
- Sieci komputerowe
- Monitoring, systemy alarmowe
- Systemy antenowe
- Kontrola dostępu
- Inst. elektryczne i teletechniczne
- Sprzedaż i montaż napędów bram

systemy oznakowania HOTELI
TABLICZKI, NUMERY, BRELOKI, SZYLDY
SZATNIA 5
REFERAT FINANSÓW
DYRE
KABINA HIGIENY OSOBISTEJ
Panic Alarm
Tablitek PRO
www.tablitek-pro.pl, tel. (17) 862 00 17

Krośnieńskie Centrum Edukacji i Pracy Młodzieży

Krośnieńskie Centrum Edukacji i Pracy Młodzieży oraz Rejonowy Ośrodek Szkolenia Zawodowego Młodzieży działają na rzecz młodzieży oraz osób bezrobotnych.

Ochotnicze Hufce Pracy to jednostka państwowa ukierunkowana na działania skierowane ku młodzieży do 25 roku życia. Koncentruje się przede wszystkim na młodzieży zagrożonej wykluczeniem społecznym oraz osobami wchodzącymi na rynek pracy i mającymi trudności w podjęciu i utrzymaniu zatrudnienia. W dobie kryzysu sytuacja na rynku pracy jest bardzo trudna.

Wpływa ona negatywnie na absolwentów szkół średnich, czyli młodzież bardzo często posiadającą już wykształcony zawód. Brak miejsc pracy i perspektyw na przyszłość powodują, że młodzież coraz częściej sięga po usługi oferowane przez OHP. W tej właśnie materii swoją rolę doskonale spełnia krośnieńskie Centrum Edukacji i Pracy Młodzieży oraz funkcjonujący w jego ramach Rejonowy Ośrodek Szkolenia Zawodowego Młodzieży. Zwracają się do nas osoby zainteresowane podniesieniem swoich kwalifikacji zawodowych, w tym umiejętności twardych, związanych z pracą w wybranym zawodzie. Dodatkowo oferujemy możliwość spotkania z doradcą zawodowym oraz skorzystanie z ofert pracy oferowanych przez Młodzieżowe Biuro Pracy.

W trakcie spotkań z doradcami zawodowymi młodzież ma możliwość poznania swoich predyspozycji zawodowych, nabycia umiejętności poruszania się po rynku pracy, poznania sposobów poszukiwania pracy oraz nauczenia się przygotowywania profesjonalnego portfolio. Osoby, które poszukują pracy mają możliwość korzystania z usług Młodzieżowego Biura Pracy, do którego codziennie zgłasza się wiele osób. Po wypełnieniu stosownych dokumentów zainteresowane osoby mają możliwość korzystania z ofert pracy proponowanych przez Młodzieżowe Biuro Pracy.

W chwili obecnej w krośnieńskim CEiPM realizowany jest także projekt„ Nowe Perspektywy"„. Jest on współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego. Jego adresatem jest młodzież nieucząca się i niepracująca w wieku 18-25 lat. W ramach projektu uczestnicy odbyli już zajęcia z doradcą zawodowym, z psychologiem, zajęcia z przedsiębiorczości, zajęcia z języka angielskiego oraz kurs ECDL (europejskie komputerowe prawo jazdy). Obecnie młodzież uczestniczy w kursie prawa jazdy kategorii „B" oraz w kursach zawodowych: kelner – barman, prawo jazdy kategorii „C", spawacz metodą MAG oraz specjalista handlowiec (z obsługą kasy fiskalnej, fakturowaniem, magazynowaniem, obsługą wózków widłowych, obsługą specjalistycznych programów komputerowych oraz obsługą klienta). Po odbyciu kursów zawodowych uczestnicy wezmą dodatkowo udział w praktykach zawodowych. Szkolenia zostały przygotowane pod potrzeby uczestników projektu, tak aby stworzyć dla nich jak największe szanse na samorealizację w wybranym zawodzie i znalezienie zatrudnienia po zakończeniu projektu. Udział w projekcie jest całkowicie bezpłatny. Uczestnicy mają zapewnione materiały dydaktyczne, zwrot kosztów dojazdu na zajęcia oraz wyżywienie w trakcie trwania zajęć.

Do osób, które nie kwalifikują się do projektu, ale chcą podnieść swoje kwalifikacje i umiejętności skierowana jest oferta krośnieńskiego oddziału Rejonowego Ośrodka Szkolenia Zawodowego Młodzieży. Osoby zainteresowane mogą wziąć tam udział w różnego rodzaju kursach i szkoleniach podnoszących kwalifikacje zawodowe. Zainteresowanie kursami i szkoleniami jest bardzo duże. W oferowanych przez nas szkoleniach mogą brać udział osoby nie tylko bezrobotne, ale także osoby uczące się i pracujące. W Rejonowym Ośrodku Szkolenia Zawodowego Młodzieży odbywają się m.in. kursy: obsługi kasy fiskalnej, fakturzysta-magazynier, komputerowe, kursy z zakresu księgowości, kursy wychowawców placówek wypoczynku dzieci i młodzieży, kierownika wycieczek szkolnych i kierownika kolonii, szkolenia z zakresu pierwszej pomocy przedmedycznej oraz kursy języka migowego, a w kwietniu br. w Iwoniczu rozpocznie się kurs pedagogiczny.

Korzystanie z usług OHP z całą pewnością zwiększy szanse młodych osób na rynku pracy. Daje ono młodzieży możliwość podniesienia własnych umiejętności i kwalifikacji oraz pomaga w znalezieniu pracy. Wszystkie osoby zainteresowane korzystaniem z usług OHP zapraszamy do biura Centrum Edukacji i Pracy Młodzieży i Rejonowego Ośrodka Szkolenia Zawodowego Młodzieży w Krośnie, ul. Lewakowskiego 7.

Autorzy tekstu:
Katarzyna Dudek – referent ds. ROSZM, Rejonowy Ośrodek Szkolenia Zawodowego Młodzieży w Przemyślu, oddział w Krośnie
Marcin Kaleniecki – doradca zawodowy II stopnia, Centrum Edukacji i Pracy Młodzieży w Krośnie

reklama

Domy i mieszkania w „Projektancie”

Kupując mieszkanie kierujemy się bardzo różnymi pobudkami. Jedni kupują je dla swoich dzieci, inni szukają dobrej inwestycji – jednak większość z nas kupuje mieszkanie, jako miejsce, w którym chcielibyśmy spędzić co najmniej kilka lat swojego życia.

Wybór tego konkretnego lokalu to jedna z najważniejszych życiowych decyzji. Spółdzielnia Mieszkaniowa „PROJEKTANT” ułatwia ten wybór oferując piękne i nowoczesne mieszkania usytuowane na zadbanych i atrakcyjnie zlokalizowanych osiedlach w Rzeszowie. Od początku swojego istnienia jej głównym zadaniem jest zaspokajanie potrzeb mieszkaniowych poprzez budowanie domów wielorodzinnych i jednorodzinnych w systemie tradycyjnym. Stosuje przy tym nowoczesne, ekologiczne i energooszczędne technologie docieplenia oraz ogrzewania mieszkań. Szczególną uwagę przywiązuje się do zagospodarowania terenów zielonych, placów zabaw oraz infrastruktury usługowej i handlowej, dzięki czemu przyjemnie się na tych osiedlach mieszka i wypoczywa. Warto zaznaczyć również, że spółdzielnia realizuje wciąż nowe projekty, dzięki temu osiedla powiększają się, budowane są domy, mieszkania, lokale handlowo – usługowe, garaże, miejsca postojowe. Mieszkania oraz domy oferowane przez spółdzielnię spełnią oczekiwania nawet najbardziej wymagających, dlatego stanowią atrakcyjną ofertę dla wszystkich szukających „domu swoich marzeń”.

Projekty odpowiadające najnowszym trendom

Każde wnętrze, podobnie jak jego właściciel ma w sobie coś indywidualnego i niepowtarzalnego, dlatego Spółdzielnia stara się sprostać oczekiwaniom każdego. Ostatnimi czasy klienci życzą sobie, by kuchnia znajdowała się obok salonu w celu ewentualnego ich połączenia. Modne jest także projektowanie kuchni z jadalnią. Dzięki temu tworzymy miejsce, gdzie wraz z rodziną można zjeść spokojnie posiłek czy po prostu miło spędzić czas.

INWESTYCJE S. M. „PROJEKTANT”

Spółdzielnia realizuje budownictwo jednorodzinne i wielorodzinne, lokale handlowe, garaże, parkingi wielostanowiskowe na terenie Rzeszowa w 3 lokalizacjach:

1. Osiedle „Słoneczny Stok” w obrębie ulic Bł. Karoliny- Krośnieńskiej- Iwonickiej- Leskiej- Bieckiej-Baligrodzkiej.
2. Osiedle Podkarpacka- Matuszczaka, przy ulicy Rymanowskiej.
3. Osiedle Wzgórza Staroniwskie w obrębie ul. Krajobrazowej- Plenerowej- Widokowej.

Osiedle Słoneczny Stok – aktualna oferta

Spółdzielnia posiada w swojej ofercie zrealizowane domy jednorodzinne w zabudowie bliźniaczej i szeregowej przy ulicy Iwonickiej w Rzeszowie.

Domy zostały zrealizowane w stan surowym zamkniętym, który obejmuje: wykonanie elewacji, stolarki okiennej, drzwi wejściowych, bramy garażowej, drogi dojazdowej, podjazdu do budynku, jak również doprowadzenie wszystkich mediów do budynku. Do indywidualnego wykończenia przez nabywcę pozostaje wykonanie wewnętrznych instalacji, wylewek i tynków.

Domy zostały zaprojektowane w 3 różnych typach rozwiązań funkcjonalnych. Domy mają powierzchnię od około 138m2, (120m2 część mieszkalna + garaż ok. 18 m2). Jeśli chodzi o finansowanie Spółdzielnia proponuje finansowanie w ratach j. n:

I wpłata 50 tys., II wpłata w okresie do 3 miesięcy uzupełnienie do 30%, a pozostała kwota może być rozłożona na raty na okres 3 lat. Średnia cena 1m2 p. u. dla domów wynosi około 2600,00 zł. Cena domu uzależniona jest od jego powierzchni, wielkości działki, na której jest położony oraz stanu wykończenia. Dla przykładu taki dom można nabyć w cenie od 358 tys. zł.

Są to ostatnie domy w tej cenie realizowane przez Spółdzielnię.

Gotowe Mieszkania na Os. Słoneczny Stok – do sprzedaży

W zrealizowanych obecnie budynkach posiadamy w ofercie mieszkania dwupoziomowe o pow. 86 do 88 m2 w cenie 3.700 zł/m2. Oferta dotyczy budynków zlokalizowanych przy ul. Krośnieńskiej 21, 23, 25, 27, w ofercie jest 5 mieszkań gotowych do przekazania przyszłym nabywcom. Są to ostatnie mieszkania w tej cenie.

Osiedle Podkarpacka – Matuszczaka (ul. Rymanowska)

Spółdzielnia przygotowuje nową realizację budynków wielorodzinnych, które będą zlokalizowane przy ul Rymanowskiej. W pierwszym etapie planowanych jest 2 budynki nr 18 i 19 gdzie są planowane mieszkania 2-pokojowe o pow. ok. 41 m2 – 51 m2 i 3-pokojowe o pow. 56-64 m2. Budynki będą 4 kondygnacyjne, 2 klatkowe. Obecnie trwają zapisy na te budynki. W następnym etapie planowanych jest 4-6 budynków, 4 kondygnacyjnych, 2 klatkowych, bliższe szczegóły w III kw. br.

Nowe mieszkania Słoneczny Stok (ul. Odrzykońska)

W 2013 roku Spółdzielnia planuje dalszą rozbudowę osiedla Słoneczny Stok. Projekt zakłada realizację 6 budynków, 4 – 6 piętrowych z windami oraz garażami podziemnymi. Przewidywana powierzchnia mieszkań to 45 – 65 m2. Zlokalizowane zostaną one za budynkami 22 – 30 w kierunku Przybyszówki przy obecnie zrealizowanej ulicy Odrzykońskiej.

Osiedle Wzgórza Staroniwskie (Al. Witosa)

Spółdzielnia rozpoczyna nową realizację budynków 4 rodzinnych zlokalizowanych za budynkiem przy ul. Krajobrazowej 8, wzdłuż ulicy Plenerowej i Widokowej. Spółdzielnia planuje tam realizację niskich, dwukondygnacyjnych budynków mieszkalnych, a w nich mieszkań 3- pokojowych o powierzchni ok. 75 m2 wraz garażami.

Spółdzielnia rozpoczyna także budowę 2 budynków wielorodzinnych o numerach inwestycyjnych 19 i 20 zlokalizowanych za budynkiem przy ul. Widokowej 8, gdzie są planowane mieszkania 2- pokojowe o pow. ok. 37 m2 – 44 m2 i 3- pokojowe o pow. 60-74 m2. Budynki będą 5-kondygnacyjne i będą posiadały windy.

Bliższe informacje można uzyskać w siedzibie Spółdzielni, Rzeszów ul. Słoneczna 2, tel. 17 85 80 495 lub 496, lub na stronie internetowej: www.projektant.rzeszow.pl

Szajnarex

Krasne 241
tel. 17 852 56 54
kom. 608 784 096
biuro@szajnarex.com.pl
www.szajnarex.com.pl

Firma jest uznanym producentem krzeseł i stołów drewnianych. Nasze produkty wytwarzane są z wysokiej klasy surowców. Dzięki doskonałej obróbce zapewniamy uzyskanie wyrobu gotowego, o wysokim stopniu wytrzymałości.

Klienci mogą dokonywać wyboru spośród kilkunastu oryginalnych modeli krzeseł, a także mogą złożyć zamówienie na wykonanie mebli zgodnie z dostarczonym przez nich projektem.

Nasza firma współpracuje z odbiorcami indywidualnymi, i instytucjonalnymi.

Nowoczesne krzesła to podstawa każdego domu

KAPITAŁ LUDZKI
Wojewódzki Urząd Pracy w Rzeszowie

Abakus Konsulting zaprasza osoby bezrobotne po 50 roku życia na

BEZPŁATNE SZKOLENIA

Operator obrabiarek sterowanych numerycznie CNC
Monter zabudowy i robót wykończeniowych w budownictwie
Spawacz metodą MAG
Konserwator z uprawnieniami SEP
Monter instalacji i urządzeń sanitarnych
Kosztorysowanie robót budowlanych
Glazurnik
Pomoc kuchenna
Bukieciarstwo i florystyka
Fakturzysta-Handlowiec
Pracownik obsługi hotelowej
Opiekun/ka dziecięca

W szkoleniu mogą wziąć udział wyłącznie **osoby w wieku 50-64 lat zarejestrowane we właściwym Urzędzie Pracy jako bezrobotne** z województwa podkarpackiego.

Uczestnikom zapewniamy m.in.: poradnictwo zawodowe, wyżywienie, ubezpieczenie NW, zwrot kosztów dojazdu na szkolenie.
Po ukończonym kursie 5-miesięczne płatne staże zawodowe
Szczegółowe informacje o projekcie oraz dokumenty konieczne do zapisu na szkolenia można pobrać ze strony **www.abakus-konsulting.pl** w zakładce Projekty UE oraz w siedzibie firmy:

ABAKUS Konsulting
ul. Legionów 31; 35-111 Rzeszów
Tel. 17 859 26 68

ABAKUS KONSULTING

Projekt współfinansowany przez Unię Europejską w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

KWIATON
PRACOWNIA SZTUKATORSKA

Boguchwała, ul. Cicha 32A
tel. 17 873 32 40, 504 102 160
info@kwiaton-sztukatorstwo.com.pl

Głównym przedmiotem działalności Pracowni Sztukatorskiej „KWIATON" są prace wykończeniowe o charakterze artystycznym oraz renowacje budynków zabytkowych.

Firma specjalizuje się w produkcji głowic do szalunków kartonowych w trzech klasycznych porządkach, produkcji detali architektonicznych do aranżacji wnętrz i ogrodów oraz tralek, poręczy do balustrad betonowych.

Tworzymy także piękne płaskorzeźby i rzeźby o dowolnej tematyce i rozmiarach.

BALKON PEŁEN KWIATÓW

Margerytki, a właściwie złocień wielki, bo taka jest prawidłowa nazwa rośliny, posiada duże kwiaty budową przypominające łąkowe margerytki. Nie mają zbyt wygórowanych wymagań, nie lubią jedynie zbyt kwaśnej gleby. Są odporne na niskie temperatury. Lubią miejsca nasłonecznione. Kwitną od czerwca do sierpnia.

Pelargonia rabatowa i bluszczolistna, lubi przebywać na otwartej przestrzeni. Rabatowa lubi pełne nasłonecznienie, a bluszczolistna woli miejsce półcieniste. Kwitną od maja do jesieni. Niestety żyją dość krótko. Najobficiej kwitną w drugim roku uprawy, po czym tracą na swych walorach, więc lepiej starsze rośliny usuwać.

Wiosna tuż tuż, dlatego najwyższy czas pomyśleć o ożywieniu naszego otoczenia. Pomogą nam w tym kolorowe kompozycje kwiatowe, dzięki którym nawet pochmurny dzień stanie się piękniejszy.

Balkony są przedłużeniem naszych mieszkań, dlatego odpowiednio ukwiecone są ozdobą i uzupełnieniem zarówno wnętrza, jak i elewacji budynków. Roślinna aranżacja to nic trudnego, nie wymaga dużego wysiłku, wystarczy odrobina chęci i pomysłowości. Odpowiednio ukwiecony balkon staje się również miejscem przyjemnego odpoczynku, w którym można spędzić dłuższą chwilę na świeżym powietrzu. Stwarza także możliwość osobistego kontaktu z przyrodą dla osób nieposiadających ogrodu. Jednakże o ile przygotowanie kompozycji nie jest trudne, o tyle utrzymanie jej wymaga już systematyczności.

Jak wybrać odpowiednie kwiaty na balkon?

Wybierając rośliny na balkon musimy przede wszystkich wziąć pod uwagę stopień jego nasłonecznienia. Na balkony od strony północnej należy dobrać rośliny dobrze znoszące zacienienie. Niestety kwiatów takich nie jest zbyt wiele. Należą do nich m.in. niezapominajki, begonia bulwiasta, lantana, godecja.

Strona południowa, wschodnia i zachodnia dają więcej możliwości na obsadzenie balkonu kwiatami. Wybór roślin jest duży, gdyż możemy uprawiać tu rośliny od wiosny do jesieni np. Pelargonię, Fuksję, Petunię, Słoneczniki czy Margerytki.

Wybór doniczki

Dopasuj doniczkę do wymagań rośliny i jej docelowej wielkości,

Wybierz glebę i zapewnij możliwość odpływu nadmiaru wody,

Przy doborze kolorów i wzorów kieruj się zasadą: im więcej roślin tym spokojniejsza kolorystyka donic,

Pamiętaj, aby nie przesadzać roślin w upalne dni!

Dipladenia cechuje się silnym wzrostem, jest pnączem zawsze zielonym o pięknych dużych, lejkowatych kwiatach. Roślina kwitnie obficie i długo - aż do pierwszych przymrozków. Wymaga stanowiska słonecznego lub częściowo ocienionego. Uprawiana w cienistym miejscu słabo kwitnie.

Niezapominajki są niewymagające i bardzo łatwe w uprawie, właściwie same się uprawiają. Potrzebują jedynie regularnego i dość obfitego podlewania podczas suchej wiosny. Są to rośliny dwuletnie, kwitnące od maja do początku czerwca.

Fuksja w zależności od odmiany osiąga wysokość od 20 centymetrów do ponad metra. Kwiaty pojawiają się w okresie od czerwca do końca października, na charakterystycznych dla tej rośliny drobnych, zwisających szypułkach. Wymaga stanowiska pół cienistego w okresie letnim oraz miejsc jasnych i słonecznych w okresie zimowym.

Begonia to jedna z najpiękniejszych kwiatów uprawianych na balkonach i tarasach. Dobrze rośnie w miejscach cienistych lub pół cienistych, idealnie nadając się na północne, wschodnie i zachodnie balkony i tarasy. Kwiaty mają duże wymagania glebowe, najlepiej rosną w żyznej, próchniczej lekko kwaśnej i stale wilgotnej glebie.

Ognisty brąz

Intrygujący czerwono-brązowy kolor oraz niebywała trwałość drewna egzotycznego to cechy charakterystyczne desek tarasowych Sapeli firmy DLH Poland. Wykonane są z afrykańskiej odmiany mahoniu, którego ciepła, intensywna barwa efektownie podkreśli odważny styl nowoczesnych aranżacji ogrodowej architektury, tarasu, czy wykończeń basenu.

Deski tarasowe Sapeli cieszą się rosnącą popularnością wśród projektantów ze względu na swoje wyjątkowe walory dekoracyjne. Jednolita, pozbawiona sęków struktura stwarza nieograniczone możliwości tworzenia oryginalnych połączeń, a niecodzienna kolorystyka nadaje kompozycji wyrazistego charakteru.

Płomienny wymiar awangardy

Mahoń, z którego wykonane są deski Sapeli wyróżnia się unikalną estetyką. Ma intensywną barwę ognistego brązu, bardzo delikatne usłojenie i jest pozbawiony sęków. Deski tarasowe z tego gatunku doskonale sprawdzają się w nowoczesnych aranżacjach. Ich jednolita struktura współgra z modnym minimalizmem podkreślając przy tym elegancki styl kompozycji. Niebanalny kolor nadaje jej indywidualnego wymiaru. Deski Sapeli oferowane przez DLH Poland mają bardzo szerokie zastosowanie. Posiadają dwustronne ryflowanie o zróżnicowanej szerokości rowków, co umożliwia dopasowanie ich do mniejszych i większych przestrzeni. Deski z mniejszą ilością rowków doskonale sprawdzą się na dużych powierzchniach tarasów bądź podestów, zaś na wąskich ścieżkach, mostkach czy obrzeżach basenów lepiej będą prezentowały się wersje o drobniejszych ryflach. Obie strony desek mają właściwości antypoślizgowe, co gwarantuje bezpieczeństwo ich użytkowania. Duży wpływ na uniwersalność desek ma ich delikatna tekstura, którą można zestawiać z innymi materiałami o różnych wzorach i kolorach. Nie występują tu ograniczenia jak w przypadku drewna z sękami, które w pewnych połączeniach może tworzyć wrażenie chaosu. Deski Sapeli firmy DLH Poland w wyrafinowany sposób przełamią chłód nowoczesnego budownictwa, podkreślając jego oryginalność i szyk. Gwarantują, że aranżowane miejsce zyskuje atrakcyjną estetykę i przyjazny klimat, co sprawia, że z chęcią spędza się w nim wolny czas.

W 100% naturalne i ekologiczne

Deski tarasowe Sapeli wykonane są z naturalnego drewna egzotycznego pochodzącego z Afryki są odporne na działanie niszczących czynników, dzięki czemu mogą być stosowane na zewnątrz. W celu wydobycia pięknej barwy tego gatunku zaleca się stosownie olejów impregnacyjnych dedykowanych zewnętrznym konstrukcjom drewnianym. Ponadto ich zastosowanie dodatkowo zabezpiecza powierzchnię. Wówczas deski Sapeli zachowają swój mocny odcień na długi czas.

Drewno stosowane do produkcji desek tarasowych DLH Poland pochodzi z legalnych źródeł, jest zgodne z wymogami EUTR, które zaczną obowiązywać w marcu 2013. Dzięki temu możemy cieszyć się naturalnym pięknem drewna bez obaw o degradację środowiska.

Cena:
Deska Sapeli 25mm x 145mm cena 36,40 zł brutto/mb

Importer: DLH Poland
www.dlh.pl

reklama

BM BUDMAR
budujemy TWOJA przyszłość
USŁUGI BUDOWLANE NA NAJWYŻSZYM POZIOMIE

USŁUGI BUDOWLANE

Wólka Niedźwiedzka 513, WOJ. PODKARPACKIE
Tel.fax: 017 7728360
Kom. 604 292 832 , 608 463 942
e-mail: tabakabudmar@wp.pl
www: budmar.rzeszow.pl

WYKONUJEMY
- Fundamenty
- Mury
- Stropy
- Dachy
- Ogrodzenia
- Kostka brukowa
- Elewacje i docieplenia
- Usługi koparko-ładowarką

Firma „BudMar" realizuje zlecenia na budowę od inwestorów prywatnych i firm. Budujemy: domy jedno- i wielorodzinne, hale, magazyny, obiekty szkolne i sportowe.
Zachęcamy do skorzystania z naszych usług w zakresie: robót budowlanych, remontowych, wykończeniowych oraz prac koparkoładowarką . Wykonujemy budowy kompleksowo, jak i podnajmujemy się jako podwykonawca. Miejsce naszej działalności to województwo podkarpackie, ale nie tylko.

Zapraszamy do współpracy, zapewniając szybką, fachową i terminową usługę w konkurencyjnej cenie.

FPUH POLMAR
Krasne 672 A
tel. (017) 855-54-37
kom. 606 479 997
e-mail:biuro@polmarkrasne.pl
Biuro czynne
poniedziałek–piątek: 7⁰⁰–17⁰⁰

Zakład Produkcyjny
Produkcja Frontów MDF
Krasne 24B (droga na Malawę)
Biuro czynne
poniedziałek–piątek: 7⁰⁰–16⁰⁰

polmar
Meble do każdego wnętrza

Firma FPUH POLMAR Marian Stępień w Krasnem jest firmą z tradycjami

Nasz zakład istnieje od 1988 roku. Specjalizujemy się w produkcji mebli kuchennych, pokojowych, biurowych i szaf przesuwnych, a także frontów mdf. Zapewniamy: pomiar, doradztwo, projekt 3D, produkcję, transport i montaż mebli. Doradzimy jak wykonać meble, dobrać kolorystykę. Podpowiemy jak położyć glazurę i gdzie powinny znajdować się podłączenia. Jesteśmy otwarci na wszelkie propozycje naszych Klientów w trakcie całego procesu produkcji.

www.polmarkrasne.pl

Na co zwrócić uwagę podczas montażu okien?

Inwestycja w prawidłowe docieplenie domu coraz częściej traktowana jest przez Polaków jako sposób na długoterminowe oszczędzanie. Izolacja termiczna ścian i dachów w połączeniu z odpowiednimi oknami i wentylacją z odzyskiem ciepła pozwalają zyskiwać niemal przez cały rok. W zimie dzięki zmniejszonym rachunkom za ogrzewanie, a latem umożliwiając rezygnację z wentylatorów i klimatyzacji.

Okna energooszczędne a pasywne

„Jednym z najważniejszych elementów energooszczędnego domu są okna, przez które może uciekać nawet do 30 procent energii" – mówi Dariusz Olszewski, doradca klienta w firmie Internorm. Najważniejszym parametrem mówiącym o stopniu energooszczędności danego modelu jest tzw. współczynnik przenikania ciepła, który oznaczany jest symbolem Uw. Niezależnie od tego czy zdecydujemy się na okna energooszczędne (o współczynniku 1,0 W/m²K lub niższym), czy tak zwane okna pasywne (najbardziej zaawansowane konstrukcje o współczynniku 0,8 W/m²K lub niższym) należy pamiętać, że warunkiem właściwego ich funkcjonowania jest prawidłowy, warstwowy montaż zwany też niekiedy montażem „ciepłym".

„Ciepły" montaż

Montaż warstwowy jest warunkiem prawidłowego, wieloletniego działania okien energooszczędnych. Jego naczelną zasadą jest „szczelniej wewnątrz niż na zewnątrz". Przestrzeń pomiędzy murem a oknem powinna osiągać parametry izolacyjności cieplnej oraz trwałość zbliżone do przyległych części konstrukcji. Koniecznością jest więc poprawne uszczelnienie tego złącza podczas montażu – w przeciwnym wypadku może w nim pojawiać się woda kondensacyjna i rozwijać pleśń. Aby uniknąć wyżej wymienionych problemów stosuje się montaż polegający na trójwarstwowym uszczelnieniu. Aby spełnić to założenie stosuje się odpowiednio taśmy paroprzepuszczalne, taśmy paroszczelne oraz piankę termoizolacyjną. Warstwa zewnętrzna stanowi podstawowe zabezpieczenie przed deszczem i wiatrem. Stosuje się w niej taśmę paroprzepuszczalną, która chroni przed zjawiskami atmosferycznymi, umożliwiając jednocześnie dyfuzję pary wodnej. Występuje ona kiedy ciśnienie w powietrzu jest wyższe wewnątrz budynku niż na zewnątrz, co powoduje ruch pary na zewnątrz przez przegrodę od strony wyższego ciśnienia (ciepła strona) w stronę niższego ciśnienia (zimna strona). W warstwie środkowej należy uszczelnić pianką poliuretanową przestrzeń pomiędzy ościeżnicą a ścianą. Pianka stanowi izolację termiczną, jednocześnie spełniając funkcję izolacji akustycznej. Taśma paroszczelna pozwala natomiast w maksymalnym stopniu odseparować zewnętrzne czynniki atmosferyczne od wnętrza domu, zapobiegając jednocześnie nadmiernej dyfuzji pary wodnej. Dopiero harmonijne współgranie warstwy zewnętrznej, środkowej i wewnętrznej gwarantuje prawidłowe działanie zestawu okiennego. „Montaż taki nie tylko zapewnia wykorzystanie w pełni możliwości montowanego okna, ale zapobiega powstawaniu mostków termicznych i szkód budowlanych spowodowanych działaniem wilgoci, takich jak zagrzybienie. Zanim zdecydujemy się na zakup konkretnego modelu okna energooszczędnego należy koniecznie sprawdzić czy producent zapewnia jego prawidłowy, warstwowy montaż. Inaczej nawet kupno najdroższego zestawu na rynku nie zapewni nam oczekiwanych rezultatów" – podsumowuje Olszewski.

reklama

FPUH **PARYS** Ryszard Pocheć

Krasne 172
tel./fax 17 855-59-01
kom. 691 697 949
e-mail: pochecie@wp.pl

Firma Produkcyjno-Usługowo-Handlowa "Parys"
istnieje na rynku od 2001 roku.
Prowadzi 2 sklepy meblowe w Pawłowie k/Starachowic
oraz produkcję w Krasnem.

W ofercie mamy:
- meble kuchenne
- meble pokojowe
- meble tapicerowane
- stoły i krzesła

i inne

Wszystkie meble z możliwością indywidualnego zamówienia na wymiar

EKSKLUZYWNE MEBLE DLA NAJBARDZIEJ WYMAGAJĄCYCH

ZNAJDZ NAS NA FACEBOOK'U

EXTRA-FIRMA

Poprowadzę imprezę kulturalną lub sportową.
Pełen profesjonalizm i indywidualne podejście do klienta.
Tel. 694 154 638

twój optyk
-50%
Bezpłatne badanie wzroku
przy zakupie okularów
twój optyk
ul. Piłsudskiego 58/9 Krosno
tel. 665 022 625
Pn. - Pt. 9-17 Sobota 9-13

KOREPETYCJE Z JĘZYKA ANGIELSKIEGO
Martwisz się, że nie zdasz matury lub egzaminu gimnazjalnego z języka angielskiego?
A może Twoje dziecko właśnie rozpoczyna naukę tego języka i chce uniknąć problemów w jego opanowaniu? Jeśli tak to zadzwoń pod numer
506 914 127 i już dziś skorzystaj z pomocy studentki Uniwersytetu Warszawskiego.

ZAKŁAD KAMIENIARSKI
LUKS GRANIT
Oferujemy wyrób i montaż:
• nagrobków
• katakumb
• grobowców
• schodów
• posadzek
• parapetów
• blatów
• kominków
160 kolorów
www.luksgranit.pl
Karwat Ustrobna 281
tel./fax 13 42 211 61
512 473 817, 509 925 885

KUPIĘ GOSPODARSTWO LUB GRUNT ROLNY
TEL. 531 998 690

SPRZEDAM
Atrakcyjnie zlokalizowaną działkę o pow. 74 a w Sołonce k. Rzeszowa.
Tel. 663 281 768

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

Powrót Stars of America do McDonald's®

Wielki powrót kanapek New York Beef Classic i Chicken Hawaii, a do tego frytki amerykańskie!

Dziś ruszyła kolejna odsłona promocji McDonald's pod nazwą Stars Of America. Restauracje sieci oferują znane i lubiane przez polskich klientów kanapki New York Beef Classic i Chicken Hawaii. New York Beef Classic to klasyczny smak hamburgera w prawdziwie amerykańskim stylu. Na jego niepowtarzalny smak składają się dwa soczyste kotlety z mięsa wołowego, pomiędzy którymi złocą się pysznie roztopione plasterki sera cheddar, a smak wzbogaca świeży pomidor i plasterki pikli. Wyrazistości dodają też musztarda i sos majonezowy oraz czerwona cebula. Całość jest podawana w miękkiej bułce z sezamem.

Chicken Hawaii jest oryginalną kanapką o ciekawej kompozycji smakowej. To soczysty filet z piersi kurczaka z chrupiącą panierką, dwa plasterki sera cheddar, pyszny grillowany ananas i sałata batawia. Kanapka podawana jest w owalnej bułce z sezamem. Kompozycji smakowej dopełnia sos śmietanowy.

Dodatkiem powracającym do McDonald's i świetnie podkreślającym smak nowych burgerów są grubo krojone frytki amerykańskie.

Produkty w promocji Stars of America to nie jedyna nowość. W menu McDonald's debiutuje też Chikker. Jest to kanapka z mięsem z piersi kurczaka w złocistej, chrupiącej panierce w towarzystwie świeżej sałaty. Smaku dopełnia sos miodowo-musztardowy. Produkt dostępny jest jako sama kanapka oraz w ofercie 2forU, gdzie w atrakcyjniej cenie 5.50zł można ją nabyć z porcją małych frytek. Dodatkowo przy zakupie McZestawu Powiększonego albo Chicken Box albo Sałatki Kurczak Premium goście restauracji McDonald's otrzymają gratis wyjątkowy kubek McCafé.

Zapraszamy na fanpage McDonald's Polska – www.facebook.com/McDonaldsPolska

Osoby, które jako pierwsze zadzwonią do redakcji 14 marca, o godz. 10 otrzymają zaproszenie do restauracji McDonald's.

SZKOŁA INNA NIŻ WSZYSTKIE

UCZ SIĘ TEGO CO LUBISZ!

Akademia Zdrowia pragnie wyjść naprzeciw oczekiwaniom swoich słuchaczy. Jeżeli wiesz już na pewno, co chcesz robić w życiu, postaramy się ułatwić Ci znalezienie Twojej wymarzonej pracy. Zajmujemy się doradztwem zawodowym i pośrednictwem pracy.

JESTEŚMY TU DLA CIEBIE

W Akademii Zdrowia przyjazna atmosfera czeka już od progu. Profesjonalna i miła obsługa sekretariatu pomoże, doradzi, udzieli każdej potrzebnej informacji. Wykwalifikowana i wyspecjalizowana kadra, posiadająca uprawnienia pedagogiczne jest tu właśnie dla Ciebie. Celem naszych wykładowców jest przekazanie swojej szerokiej wiedzy i wykształcenie niezbędnych umiejętności w nowoczesny, przyjazny dla słuchacza i bardzo efektywny sposób.

KOMFORT NAUKI WE WŁASNYCH PRACOWNIACH

Posiadamy doskonale wyposażone pracownie zawodowe. Zależy nam, aby nasi słuchacze pracowali na sprzęcie najwyższej jakości. Zapewniamy pomoce dydaktyczne oraz niezbędne materiały. Dbamy nie tylko o funkcjonalność, ale również o estetykę pracowni. Zostały zaprojektowane przez profesjonalnych architektów tak, aby nauka w nich przebiegała najefektywniej i najprzyjemniej.

WYBIERZ WŁAŚCIWY KIERUNEK

U nas możesz uczyć się na wielu kierunkach, które dostosowujemy na bieżąco do aktualnych potrzeb na rynku pracy. Nie mamy kierunków, po których trudno będzie Ci znaleźć pracę. W naszych szkołach i na naszych kursach ponad 70 % zajęć to zajęcia praktyczne. Dzięki temu mamy pewność, że absolwent naszej szkoły ma „fach w ręku", a nawet „w małym palcu" i poradzi sobie z każdym zawodowym wyzwaniem.

NAJWYŻSZA JAKOŚĆ ZA TAK NIE WIELE

Czesne w Akademii Zdrowia jest konkurencyjnie niskie. Nie płacisz wpisowego, a o pierwszej wpłacie pomyślisz dopiero jak już zdążysz zadomowić się w naszej szkole. Za najwyższą jakość płacisz tak niewiele. Nie czekaj i już dziś zapisz się na kierunek najbardziej zbieżny z Twoimi zainteresowaniami.

Dzięki nam spełnisz swoje ambicje, zdobędziesz wymarzoną pracę lub uzyskasz awans zawodowy!

ul. Jagiellońska 5
35-025 Rzeszów
(17) 853 25 09
(17) 850 73 17 (fax)
Sekretariat czynny od poniedziałku do piątku w godzinach 9.00-17.00
Napisz do nas:
rzeszow@akademia-zdrowia.pl
gg: 7410386

Szkoła przyjazna osobom niepełnosprawnym

reklama

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 franchisowej 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.

SIGMA
CENTRUM-BUDOWNICTWA

tel. 13 43 213 61
Krosno
ul. Składowa 7

PUSTAK PIANOWY
- SOLBET
- 24 x 24 x 59

6,29 /szt.

WEŁNA SZKLANA
- gr. 5 cm
- rozprężna

3,49 /m²

KLEJ DO STYROPIANU
- BEST
- 25 kg

11,99 /szt.

STYROPIAN FASADOWY
- gr. 10 cm

117 /m²

PROMOCJA

DRZWI POL-SKONE

POL-SKONE DRZWI I OKNA

Drzwi i podłogi VOX

RABAT -20 %

Krosno, ul. Składowa 7

Prawidłowa izolacja termiczna kominka

Kominek w domu to nie tylko dekoracja, która wprowadza miłą atmosferę. Daje realne ciepło, które ogrzewa dom – zwłaszcza podczas zim z bardzo niskimi temperaturami. Co zrobić, by kominek mógł być efektywnie wykorzystany? Ekspert radzi, jak prawidłowo wykonać izolację cieplną.

Kiedy podjąć decyzję?

Decyzję o budowie kominka powinniśmy podjąć już na etapie projektowania domu. Dzięki temu projektant będzie mógł uwzględnić wszystkie konieczne elementy. W projekcie wskaże miejsce usytuowania kominka oraz zaprojektuje go tak, by zapewnić odpowiedni ciąg (zbyt mały ciąg może powodować cofanie się spalin, natomiast zbyt duży spowoduje szybkie spalanie się drewna). W dokumentacji znajdzie się także informacja o sposobie odprowadzenia spalin, najczęściej przez ścianę zewnętrzną, oraz doprowadzenia powietrza zewnętrznego do spalania przewodem z przepustnicą. Zyski ciepła z kominka mogą być uwzględnione w bilansie cieplnym budynku. Takie rozwiązanie pozwoli na zastosowanie systemu grzewczego o mniejszej mocy.

Odpowiedni produkt

Do termoizolacji potrzebny jest odpowiedni produkt, który sprosta specyficznym warunkom panującym wokół kominka. Płyta ze skalnej wełny mineralnej ROCKWOOL FIREROCK jest przeznaczona do izolowania kominków i uwzględnia wszystkie specyficzne wymagania, takie jak dobra izolacyjność termiczna, niepalność, ciągła praca w wysokich temperaturach, zapewnienie szczelności (pokrycie folią aluminiową).

Krok 1 – rozplanowanie ułożenia płyt

Ważne, by dokładnie zaplanować jak płyty zostaną ułożone. Precyzyjne docięcie minimalizuje ich zużycie i zmniejsza ilość odpadów.

Krok 2 – izolacja tylnej ściany

Tylna ściana kominka często jest zewnętrzną przegrodą, ma również kontakt z gorącym powietrzem, dlatego powinna być zaizolowana płytami z ekranem aluminiowym. Dzięki niemu więcej gorącego powietrza zostaje zatrzymane wewnątrz komory kominka. Powietrze to będzie w dalszym etapie rozprowadzane do pomieszczenia. Płyty montuje się mechanicznie przy użyciu kołków ze stali nierdzewnej lub przykleja za pomocą wysokotemperaturowej zaprawy klejącej.

Krok 3 – łączenie płyt

By uniknąć szczelin, przez które zanieczyszczenia mogą się przedostawać na zewnątrz i do wewnątrz kominka, należy szczelnie spasować i połączyć płyty. W tym celu stosuje się wysokotemperaturową samoprzylepną taśmę aluminiową tak, by zachować ciągłość łączeń folii aluminiowej, pokrywającej płyty. Płyty układamy folią aluminiową do środka kominka.

Krok 4 – zachowanie odstępów

Bardzo ważne jest, by izolacja nie stykała się z wkładem kominkowym lub z paleniskiem. Pomiędzy wkładem kominkowym a płytami należy zachować odstęp powietrzny – minimum 4 cm.

Krok 5 – izolacja elementów kamiennych lub drewnianych

Elementy kamienne i drewniane w kominku także powinno się izolować. Istnieje duże ryzyko, że brak izolacji tych elementów spowoduje ich uszkodzenie.

Krok 6 – montaż profili stalowych

Izolację z wełny oraz obudowę z płyt gipsowo-kartonowych montuje się na stelażu z profili stalowych. Stelaż buduje się po zainstalowaniu dolnej części kominka.

Krok 7 – uszczelnianie

By termoizolacja spełniła swoją funkcję, niezbędne jest zwrócenie szczególnej uwagi na dwa elementy: dokładny montaż płyt i uszczelnianie wszystkich połączeń samoprzylepną wysokotemperaturową taśmą aluminiową.

Krok 8 – wydzielenie komory dekompresyjnej

By zmniejszyć niepożądane odziaływanie gorącego powietrza z kominka na sufit, tuż pod stropem wydziela się komorę dekompresyjną. W jej wnętrzu także montuje się izolację. Kolejnym etapem prac jest montaż płyt gipsowo-kartonowych do rusztu.

Krok 9 – montaż kratek wentylacyjnych

W obudowie wkładu montuje się 2 kratki wentylacyjne z materiałów odpornych na wysokie temperatury. Kratkę nawiewną montujemy w dolnej części obudowy, wywiewną po przeciwnej stronie w części górnej. Komora dekompresyjna również powinna posiadać 2 kratki wentylacyjne zapewniające chłodzenie stropu. Następnie wykonujemy wszelkie niezbędne prace wykończeniowe.

Materiał izolacyjny do kominków powinien być odporny na bardzo wysokie temperatury. Wykorzystane jako przykład płyty FIREROCK wytrzymują temperaturę stałą w wysokości 600°C, zaś sama folia aluminiowa – do 500 OC.

Andrzej Taradyś
Doradca techniczny ROCKWOOL Polska

reklama

Mikołaj Gogol
„Ożenek”

Reżyseria: Remigiusz Caban
Scenografia, kostiumy: Zofia Mazurczak
Obsada: Karolina Dańczyszyn, Mariola Łabno-Flaumenhaft, Barbara Napieraj, Agnieszka Smolak-Stańczyk, Robert Chodur, Marek Kępiński, Wojciech Kwiatkowski, Adam Mężyk, Piotr Napieraj, Przemysław Sejmicki (gościnnie), Robert Żurek

„Ożenek” Mikołaja Gogola, od ponad stu siedemdziesięciu lat, bawi publiczność teatrów na całym świecie – dlaczego? Być może, dlatego, że dowcipnie portretuje zawiłości przedmałżeńskich zabiegów o względy ewentualnej małżonki, oraz jej rodziny? Zwłaszcza, gdy okazuje się, że mimo upływu czasu, zmian ustrojów politycznych i społecznych obyczajów, my sami za bardzo się w tym względzie nie zmieniamy... Być może, dlatego, że intryguje nas i bawi jednocześnie zagadka rejterady zalotnika z domu narzeczonej? Zwłaszcza, że lęk towarzyszący małżeńskim przysięgom nie jest nam całkiem obcy.... Być może po prostu z powodu wspaniałej galerii ludzkich portretów, jaką Autor stworzył? Zwłaszcza, gdy te portrety dają z kolei aktorom okazję do stworzenia popisowych kreacji... Być może powodów, dla których o „Ożenku”, mówi się – a r c y k o m e d i a –nie da się do końca nazwać i opisać? Cóż, nie pozostaje nam nic innego, jak utwór na własne oczy zobaczyć, gdy tylko nadarza się okazja...

16.03 – godz. 19:00 17.03 – godz. 19:00 cena biletu 40zł

Aleksander Fredro
„ZEMSTA”

Reżyseria: Remigiusz Caban
Obsada: Waldemar Czyszak, Robert Chodur, Michał Chołka, Paweł Gładyś, Józef Hamkało, Adam Mężyk, Magdalena Kozikowska-Pieńko, Wojciech Kwiatkowski, Mateusz Mikoś, Piotr Napieraj, Grzegorz Pawłowski, Robert Żurek, gościnnie – Stanisław Brejdygant

„Zemsta – jeden z najpopularniejszych na świecie sposobów na ukojenie żalu, z łacińskiego ultio, po angielsku revenge, ale także vengeance, la vendetta z włoskiego, die Rache z niemieckiego, a po polsku... spécialité de la maison. Ta najbardziej znana dotyczy nietoperza, ale to operetka i jej autorem nie jest wcale Aleksander Fredro. Ta uznawana za arycydzieło polskiej komedii już jest autorstwa hrabiego Fredry (herbu Bończa) i pozostaje w bezpośrednim związku z realizacją na scenie Teatru im. W. Siemaszkowej w Rzeszowie, choć rzecz wcale nie dzieje się na zamku, a niektóre postaci przeszły gruntowną metamorfozę. To wciąż ci sami Rejent i Cześnik i ta sama „Zemsta”. Komedia:)”

PREMIERA: 23.03.2013 – godz. 19:00
Międzynarodowy Dzień Teatru: 27.03.2013 – godz. 18:00
cena biletu – 40zł

Godzina dla Ziemi

Już 23 marca o 20.30 wybije kolejna Godzina dla Ziemi WWF – największa, prośrodowiskowa akcja w dziejach świata. Zgaś światło na symboliczną godzinę i włącz się do zmian na wwf.pl! Mowa jest o zmianach, które spowodują, że świat wokół nas stanie się bardziej zielony.

Na trzydzieści dni przed akcją, swój udział w Godzinie dla Ziemi WWF potwierdziło już 26 polskich miast, w tym Warszawa, Kraków, Wrocław, Toruń i Katowice! Zachęcamy wszystkie miasta w Polsce do udziału w tym wielkim ekologicznym świętowaniu, niech będzie nas więcej niż w 2012 roku, kiedy do akcji przyłączyło się ponad 5000 miast na świecie i niemal 50 miast w Polsce. Przedstawiciel Urzędu Miasta, które wyraża chęć udziału w akcji powinien wysłać maila na adres zgłoszenia@wwf.pl.

Udział w Godzinie dla Ziemi WWF jest bardzo prosty. Wystarczy zarejestrować się na stronie wwf.pl i w sobotę 23 marca o 20.30 zgasić światło na symboliczną godzinę. No i oczywiście pamiętać o tym, aby dbać o Ziemię na co dzień: gasić zbędne światło, wybierać komunikację miejską lub rower zamiast samochodu, skracać czas porannej kąpieli pod prysznicem, wybierać lokalne i sezonowe produkty. Ważny jest efekt skali – liczy się nie tylko to, ile osób zgasi podczas Godziny dla Ziemi WWF światło, ale to, że każdy z uczestników zmieni potem swoje zachowanie. Nawet jeżeli zmiany mogą wydawać się pozornie niewielkie, ich suma może przynieść Ziemi wielką ulgę.

Co roku w akcję angażują się znani i lubiani Polacy. Podczas ubiegłorocznej Godziny dla Ziemi WWF Kinga Rusin zgasiła światło na Stadionie Narodowym w Warszawie, a znakomici polscy muzycy, tacy jak Projekt Warszawiak, Ania Rusowicz, Reni Jusis, Gaba Kulka, Paulina i Natalia Przybysz, Mika Urbaniak i Urszula Dudziak, zagrali wyjątkowy Koncert Unplugged dla Ziemi. Także w tym roku wielu znanych i lubianych Polaków postanowiło wesprzeć kampanię WWF podejmując niecodzienne wyzwania. Warto śledzić informacje na wwf.pl, niebawem zdradzimy jakie niecodzienne wyzwania podjęli politycy, artyści i dziennikarze z pierwszych stron gazet.

Podczas Godziny dla Ziemi WWF miliony osób na całym świecie gasi światło. Wygaszane są także światła na najbardziej charakterystycznych budynkach w ponad 5000 miastach, m.in.: Wieży Eiffla w Paryżu, Opery w Sydney, Bramy Brandenburskiej w Niemczech, piramid w Egipcie. W Polsce gasną m.in. iluminacja Stadionu Narodowego, Pałacu Kultury i Nauki, Zamku Królewskiego, Spodka, Kopca Kościuszki, Kancelarii Premiera i Prezydenta. W ubiegłym roku w Godzinę dla Ziemi WWF zaangażowało się setki milionów osób w 150 państwach, a w Polsce oficjalnie do Godziny dla Ziemi przyłączyło się niemal 50 miast.

reklama

reklama

Wieczór Kobiet w Hotelu Polonez

8 marca odbyła się impreza „Wieczór Kobiet", której organizatorem był Hotel Polonez w Dębicy. Jak to bywa podczas takiej imprezy nie mogło zabraknąć przeróżnych pokazów, występów i innych atrakcji.

Pokaz carvingu (sztuka rzeźbienia z wykorzystaniem warzyw oraz owoców) w wykonaniu Mistrza Europy – Jacka Świerka, makijaże Pracowni Wdzięku i Urody Małgorzaty Orkisz, fryzury Metamorfozy Fryzjerskie – Lavania oraz nagrody, które ufundował producent i dystrybutor znanych kosmetyków Avon to tylko nieliczne z atrakcji.

Była również część artystyczna w wykonaniu Norberta Jedlińskiego z Brzeźnicy oraz kabaret „Żaba" działający pod patronatem Centrum Kultury i Bibliotek Gminy Dębica.

Marek Grzesik

III Charytatywny Turniej Halowej Piłki Nożnej

Policjanci zorganizowali i przeprowadzili III Charytatywny Turniej Halowej Piłki Nożnej o Puchar Komendanta Powiatowego Policji w Łańcucie. Pierwsze miejsce zdobyła drużyna PGNiG. W trakcie turnieju zostały przeprowadzone dwie licytacje przedmiotów przekazanych przez ofiarodawców. Cały dochód z turnieju został przekazany na Dom Dziecka w Łopuszce Małej.

W niedzielę, odbyła się trzecia edycja Charytatywnego Turnieju Halowej Piłki Nożnej o Puchar Komendanta Powiatowego Policji w Łańcucie. Ideą turnieju, podobnie jak w latach wcześniejszych, było finansowe wsparcie Domu Dziecka w Łopuszce Małej, prowadzonego przez fundację „Wzrastanie". Do rozgrywek zaproszone zostały drużyny miejscowych księży, PGNiG o/Sanok, Straży Zamkowej, Urzędu Marszałkowskiego, samorządowców łańcuckich i oczywiście organizatorów. Drużyny zostały podzielone na dwie grupy i grając systemem „każdy z każdym" zajęły miejsca rankingowe uprawniające do gry odpowiednio o pierwsze, trzecie i piąte miejsce w turnieju. Ostatecznie turniej wygrali reprezentanci PGNiG, przed samorządowcami i Muzeum – Zamkiem w Łańcucie. Najlepszym bramkarzem wybrany został policjant Damian Mączka, najwszechstronniejszym zawodnikiem Hubert Kopeć z Urzędu Marszałkowskiego, zaś najskuteczniejszym strzelcem został Andrzej Gdański z PGNiG. Istotnym elementem turnieju było ogłoszenie wyników plebiscytu na najlepszego trenera, sportowca i talent roku 2012 miasta Łańcuta. W obecności zaproszonych gości wręczono laureatom puchary i upominki. W poszczególnych kategoriach wygrali: trener – Dariusz Kaszowski, zawodnik – Tomasz Fortuna i talent – Marta Sroczyk. Rozgrywkom sportowym towarzyszyły występy estradowe. Turniej został rozpoczęty tańcem „Zapomniany świat" wykonanym przez zespół taneczny RYTM. Zespół ten wystąpił jeszcze dwukrotnie w przerwach między meczami. Odbył się także występ Ludowego Uczniowskiego Klubu Sportowego LUKS prowadzony przez Adama Bieleckiego. Przed meczem finałowym publiczność rozgrzała natomiast Anna Szubart ze swoim zespołem organizując pokaz ZUMBY. W trakcie turnieju zostały także przeprowadzone dwie licytacje przedmiotów ofiarowanych przez różne osoby, m.in. 5 obrazów przekazanych przez Jana Majczaka, komisarza Międzynarodowych Plenerów Malarsko-Rzeźbiarskich, prac wykonanych przez dzieci z Fundacji Wzrastanie, maskotki policyjnej, prac przekazanych przez Muzeum – Zamku w Łańcucie i wielu innych atrakcyjnych przedmiotów. Wszystkie przekazane na licytację przedmioty zostały sprzedane, uzyskując kwotę ponad 1000 zł. Dodatkowo kwoty pieniężna na rzecz Domu Dziecka w Łopuszce zostały także przekazane bezpośrednio na konto Fundacji przez Urząd Marszałkowski i łańcuckich strażaków.

Marek Grzesik

DREW-MET

DRZWI
SCHODY
PODŁOGI

kom. 606 766 189

tel. 17 873 00 85

www.drewmetrzeszow.pl

VASCO DOORS

RZESZÓW
ul. Przemysłowa 3
PASAŻ HANDLOWY MAJSTER

SANOK
ul. Dworcowa 11A