TYGODNIK
EXTRA PODKARPACIE

NR 306 • ROK IX • 28 MARCA 2013 • RZESZÓW • KROSNO
E-MAIL: extra-podkarpacie@extra-media.pl • www.podkarpacie.extrapolska.pl

Michał Chołka nagrodzony

Michał Chołka – aktor Teatru im. W. Siemaszkowej w Rzeszowie został nagrodzony przez krakowski Oddział ZASP Nagrodą Loży dla Młodego Zdolnego Aktora.

Zarząd Oddziału ZASP w Krakowie podkreśla, że przynając Nagrodę Loży dla Młodego Zdolnego Aktora, chce zwracać uwagę na młodych aktorów, którzy pracują w mniejszych ośrodkach teatralnych i nie mają tak dużych możliwości promocji jak aktorzy teatrów z większych miast.

Krakowski Oddział ZASP uzasadnia swoją decyzję w następujący sposób:

„Michał Chołka – urodzony w Lęborku, absolwent PWST w Krakowie. Aktor posiadający szereg wyróżniających go przymiotników, niezbędnych do wykonywania tego arcytrudnego zawodu – bardzo pracowity, ambitny, każde powierzone mu zadanie aktorskie wykonuje z ogromną pasją oraz zaangażowaniem. Utalentowany wokalnie oraz choreograficznie, posiada zacięcie komediowe. Jego role wzbudzają entuzjazm oraz ogromną sympatię publiczności. Podejście do zawodu, które prezentuje Michał jest doceniane i wysoko oceninane przez starszyznę teatru. Dał się zauważyć krytyce, jak też publiczności jako młody, zdolny, obiecujący aktor".

TEATR im. Wandy Siemaszkowej

Repertuar ***KWIECIEŃ – 2013***

DATA	DZIEŃ	GODZ.	SPEKTAKL	SCENA
4 IV	czw.	11:00	Zemsta	Duża
5 IV	pt.	11:00	Zemsta	Duża
		19:00	Zemsta	Duża
		19:00	Mój boski rozwód	Mała
6 IV	sob.	19:00	Szalone nożyczki	Duża
7 IV	nd	18:00	Mój boski rozwód	Mała
9 IV	wt.	19:00	Szalone nożyczki	Duża
10 IV	ś	19:00	„Ożenek"	Duża
11 IV	czw.	11:00	Ania z Zielonego Wzgórza	Duża
12 IV	pt.	11:00	Ania z Zielonego Wzgórza	Duża
13 IV	sob.	19:00	Śmierć pięknych saren	Duża
		18:00	Sprzedawcy gumek	Mała
14 IV	nd.	19:00	Śmierć pięknych saren	Duża
		18:00	Sprzedawcy gumek	Mała
17 IV	śr.	11:00	Zemsta	Duża
18 IV	czw.	11:00	Zemsta	Duża
19 IV	pt.	19:00	Mój boski rozwód	Mała
20 IV	sob.	18:00	Mój boski rozwód	Mała
		19:00	Bogudochowinni	Duża
21 IV	nd.	18:00	Bogudochowinni	Duża
23 IV	wt.	11:00	Ania z Zielonego Wzgórza	Duża
24 IV	śr.	11:00	Ania z Zielonego Wzgórza	Duża
25 IV	czw.	19:00	Szalone nożyczki	Duża
26 IV	pt.	19:00	Szalone nożyczki	Duża
		19:00	Edukacja Rity	Mała
28 IV	nd.	19:00	Hetery	Duża
		16:00	Edukacja Rity	Mała

Biuro Obsługi Widza telfax: **(017) 853 22 52**; Centrala: 017 853 20 01 w.341,330
Kasa biletowa od wt do pt 16:00 – 19:00 oraz so i nd 14:00-19:00: **017 850 89 89**
www.teatr-rzeszow.pl biety@teatr-rzeszow.pl

Uwaga: Dyrekcja zastrzega sobie możliwość wprowadzania zmian w repertuarze.

Wielkanoc na nowo!

Wielkanoc to czas, kiedy na stołach rządzą tradycyjne potrawy – żurki i barszcze białe, pieczenie, pasztety, wiosenne sałatki i przede wszystkim jaja na kilkadziesiąt różnych sposobów.

Warto jednak w tym roku nieco zmienić swoje kulinarne przyzwyczajenia i wprowadzić do wielkanocnej kuchni powiew świeżości. Jak to zrobić? Szefowie kuchni Knorr proponują przepisy na wielkanocne potrawy, które odświeżą świąteczne menu – czasem wystarczy nietypowy dodatek, oryginalne podanie, nieco inny sposób przygotowania dania. Oto receptury wraz z poradami Piotra Murawskiego, szefa kuchni Knorr, dzięki którym urozmaicimy wielkanocne dania lub podamy je w sposób bardziej wykwintny. Pomogą nam też one na nowo spojrzeć na tradycyjne składniki wielkanocnej kuchni.

JAJKA NA RÓŻNE SPOSOBY

Świąteczna galaretka drobiowa z jajkiem

czas przygotowania: 90 minut
ilość porcji: 7-9

Składniki:

- 1 filet z kurczaka
- 10 jaj
- 1 Bulionetka Domowa warzywna Knorr
- 8 łyżeczek żelatyny
- 100 g marchewki z groszkiem

- natka pietruszki do dekoracji
- ok. 1 litr wody

Przygotowanie:

1. Filet z kurczaka piecz w folii aluminiowej w piekarniku nagrzanym do 180 stopni około 15 minut, a następnie pokrój go na kawałki, najlepiej w drobną kostkę. Ugotuj jaja na twardo, obierz i przekrój na połowy.
2. Zagotuj wodę i rozpuść w niej bulionetkę. Po chwili zdejmij z ognia i dodaj żelatynę do bulionu.
3. Przygotuj plastikowe kubeczki, w którym przyrządzisz galaretkę. Dodaj na dno po dwie łyżki bulionu z żelatyną i pozostaw do stężenia. Następnie włóż po połówce jajka żółtkiem do dołu.
4. Obłóż jaja warzywami i kawałkami kurczaka oraz dolej resztę bulionu z żelatyną. Wstaw do lodówki
5. Stężone tymbaliki wyłóż na półmisek i udekoruj natką.

Faszerowane jajka

czas przygotowania: 1/2h
ilość porcji: 3-5

Składniki:

- 300 g ugotowanego mięsa, najlepsze będzie mięso z rosołu
- 8 jaj
- 1 łyżka Przyprawy do mięs Knorr
- 2 łyżki majonezu
- 1/2 pęczka natki pietruszki
- 1 łyżeczka soli
- 1 łyżka masła
- 1 łyżka kaparów do dekoracji

Przygotowanie:

1. Ugotuj jaja na twardo w posolonej wodzie, następnie obierz, przekrój na połowy i wydrąż żółtka.
2. Mięso rozdrobnij i podsmażaj przez chwilę na łyżce masła z dodatkiem przyprawy do mięs Knorr.
3. Ostudź mięso, a następnie zmiel maszynką wraz z żółtkami. Wymieszaj z majonezem i pietruszką, aż do powstania jednolitej masy.

4. Pastę nakładaj najlepiej za pomocą worka cukierniczego do wydrążonych połówek, dekorując kaparami lub pietruszką.

Nadziane pisanki

czas przygotowania: 1/2h
ilość porcji: 3-5

Składniki:

- 300 g wędzonego łososia
- 5 jaj
- Przyprawa w Mini kostkach Bazylia Knorr – 1 kostka
- 100 g serka naturalnego Rama Creme Bonjour
- świeży koperek
- czerwony kawior i/lub czarne oliwki

Przygotowanie:

1. Ugotuj jaja na twardo, a następnie przekrój na połowy. Aby stabilnie ułożyć je na talerzu, możesz ściąć wystające końcówki.
2. Wydrąż następnie żółtka i połącz z serkiem, majonezem i łososiem. Użyj do tego miksera lub blendera. Jeśli nie posiadasz takich urządzeń, możesz również posiekać wszystkie składniki ostrym nożem.
3. Do tak przygotowanej masy dodaj bazylię i przełóż całość do rękawa cukierniczego. Za pomocą ozdobnej końcówki wyciskaj różyczki do wydrążonych jajek. Udekoruj poszatkowanym szczypiorkiem, kawiorem lub kawałkami oliwek.

Smacznych Świąt Wielkanocnych!

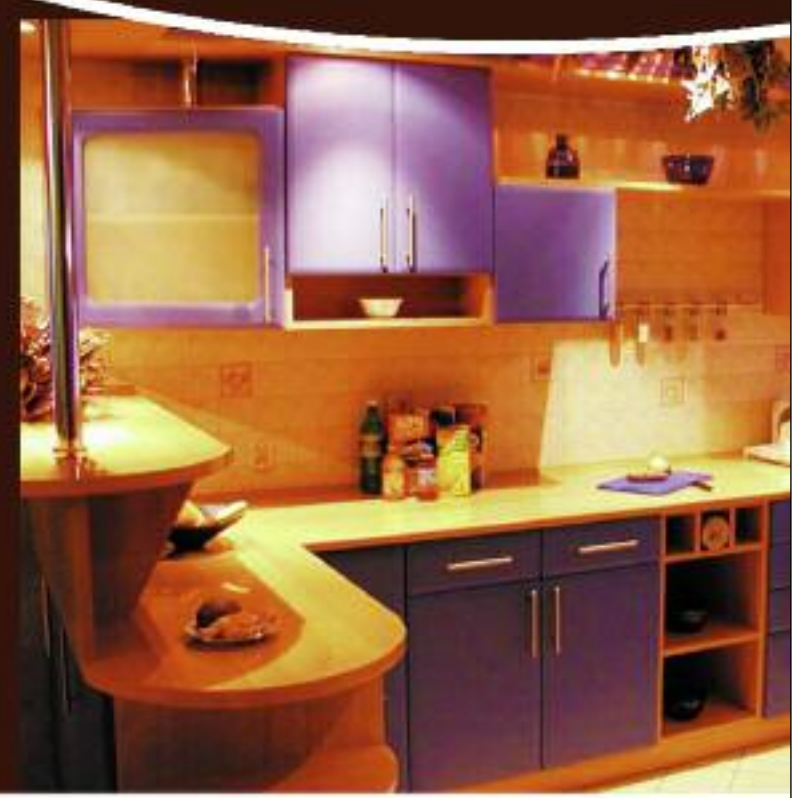
FPUH POLMAR
Krasne 672 A
tel. (017) 855-54-37
kom. 606 479 997
e-mail:biuro@polmarkrasne.pl
Biuro czynne
poniedziałek–piątek: 7⁰⁰–17⁰⁰

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

EXTRA-FIRMA

twój optyk

-50%

Bezpłatne badanie wzroku
przy zakupie okularów

twój optyk

ul. Piłsudskiego 58/9 Krosno
tel. 685 022 625
Pn. - Pt. 9-17 Sobota 9-13

Powstaje nowe, prywatne przedszkole w Rzeszowie...

Wraz z rozpoczęciem naboru do przedszkoli, ruszają zapisy do nowego przedszkola niepublicznego, powstającego w okolicy ulicy Rejtana (w pobliżu Sądu Rejonowego) w Rzeszowie. Będzie to placówka przeznaczona dla dzieci w wieku od dwa i pół roku do pięciu lat. W sumie w placówce przygotowywane jest miejsce dla ok. 40 dzieci. Mimo dużej ilości miejsc, zainteresowaniu rodzice muszą się spieszyć, ponieważ pierwsze miejsca już są zajmowane.

Przedszkole „Tęczowa Kraina" zostanie utworzone na wzór placówki krośnieńskiej, która cieszy się bardzo dobrą opinią wśród rodziców, jak i sympatią podopiecznych. W trakcie tworzenia placówki wykorzystane zostanie doświadczenie nabyte w trakcie czteroletniego funkcjonowania przedszkola w Krośnie.

Duży nacisk zostanie położony na bezpieczeństwo dzieci, stąd specjalnie przystosowane i atestowane wnętrze oraz monitoring na terenie przedszkola, jak również system kontroli dostępu przy drzwiach wejściowych, który to uniemożliwi wejście do budynku osobom niepowołanym. Dodatkowo, wszystkie dzieci objęte zostaną całodobowym ubezpieczeniem NNW.

Początkowa oferta placówki będzie obejmowała zajęcia logopedyczne, język angielski, rytmikę, balet, religię (dla chętnych), a w okresie letnim również zajęcia na krytej pływalni. Przewidziane są także liczne wyjazdy i wycieczki do ciekawych miejsc, jak i zabawy na przyjaznym i bezpiecznym placu zabaw znajdującym się na terenie przedszkola. Ponadto, dzieci objęte będą opieką specjalistów: planowane jest przeprowadzanie badań wad postawy oraz przeglądy stomatologiczne u dzieci. Wszelkie materiały dydaktyczne, niezbędne do zajęć będzie zapewniało przedszkole.

W „Tęczowej Krainie" zadbamy o wszechstronny rozwój przedszkolaków poprzez pracę w małych grupach. W miarę możliwości, do przedszkola przyjmowane będą również dzieci niepełnosprawne.

Przedszkole będzie funkcjonowało przez cały rok, łącznie z okresem wakacyjnym, w godzinach 6.30-18.30, w nowym, przestronnym i jasnym budynku, spełniającym wszelkie wymogi bezpieczeństwa. Opiekę sprawować będą miłe, życzliwe i kompetentne nauczycielki wychowania przedszkolnego (w każdej grupie wiekowej znajdzie się wychowawca i pomoc nauczyciela), które zadbają o ciepłą i rodzinną atmosferę tego miejsca.

Więcej informacji można uzyskać pod numerem tel. 662 116 761, kontaktując się z bezpośrednio z Dyrekcją przedszkola, bądź też zajrzeć na stronę internetową placówki krośnieńskiej: www.teczowakraina.edu.pl, w celu poznania ogólnego zarysu i idei powstającego przedszkola na terenie Rzeszowa.

Zgłoszenia należy przesyłać na adres mailowy: rzeszow@teczowakraina.edu.pl.

Otwarcie Prywatnego Przedszkola „Tęczowa Kraina" w Rzeszowie zaplanowane jest na czerwiec bieżącego roku.

SERDECZNIE ZAPRASZAMY RODZICÓW I ICH POCIECHY DO KONTAKTU Z „TĘCZOWYM PRZEDSZKOLEM": – KRAINĄ ZABAWY, UŚMIECHU I RADOŚCI.

reklama

KUPIĘ GOSPODARSTWO
LUB GRUNT ROLNY
TEL. 531 998 690

reklama

McDonald's® zaprasza na śniadania w stylu wielkich miast

W menu zupełna nowość – chrupiąca kajzerka, a do tego kawa gratis

To wszystko tylko w McDonald's®!

Jedzenie poza domem jest bez wątpienia coraz częstszym zwyczajem Polaków, a śniadanie jest uważane za najważniejszy posiłek dnia. Od dziś może to być również najbardziej stylowy posiłek. McDonald's zaprasza na śniadania w stylu wielkich miast.

W McDonald's odświeżona oferta śniadaniowa, w której znalazła się zupełna nowość – Kajzerka Kurczak Premium oraz Kajzerka Jajko Bekon. Pierwsza propozycja to przede wszystkim soczysty kotlet z kurczaka w lekko pikantnej panierce. Do tego świeży pomidor, sałata i rukola a całość doprawiona delikatnym sosem majonezowym. Druga kanapka to soczysta wieprzowina, pyszne jajko sadzone, wysmażony bekon i plasterek żółtego sera cheddar. Do tego jeszcze świeży pomidor i sałata a całość doprawiona wyrazistym sosem musztardowym. Obie nowości serwowane są w prawdziwie śniadaniowej chrupiącej, ciepłej kajzerce.

Oprócz nowości w menu McDonald's proponuje zestawy śniadaniowe w stylu wielkich miast. Kajzerki i gorąca kawa to podstawa typowego śniadania wiedeńskiego. Początek dnia w stylu paryskim to wyśmienity McCroissant w towarzystwie lekkiego Owocogurtu. Miłośnicy Nowego Jorku zaczynają dzień od kanapki śniadaniowej, a posiłek kończą słodkimi McGriddles. Śniadanie w stylu londyńskim to pyszny McMuffin, najlepiej z jajkiem sadzonym, chrupiący placek ziemniaczany i duży kubek soku pomarańczowego. Ostatnia propozycja to typowe śniadanie serwowane w Barcelonie – McWrap w towarzystwie kawy.

Poza pysznymi i stylowymi śniadaniami na porannych gości McDonald's czeka darmowa mała kawa, dodawana do zakupu każdego posiłku w czasie serwowania menu śniadaniowego. A do każdego McZestawu Powiększonego goście otrzymają kubek McCafé gratis.

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

Osoby, które jako pierwsze zadzwonią do redakcji 28 marca, o godz. 10, otrzymają zaproszenie do restauracji McDonald's.

Wiosenne przebudzenie

Zima nie oszczędza naszej cery. Z zewnątrz atakują mróz, wiatr i suche powietrze. W tym okresie trudniej też o witaminy, mikroelementy i składniki odżywcze, dzięki którym mogłybyśmy oprzeć się szkodliwym warunkom. Nic dziwnego, że gdy ta trzymiesięczna gehenna dobiegnie końca, skóra jest odwodniona, szorstka i podrażniona. Jak więc przywrócić ją do życia?

Zrzucić starą skórę

Pierwszym krokiem do pięknej, wiosennej cery jest pozbycie się martwego naskórka. Złuszczenie zrogowaciałych komórek odkrywa warstwy świeżej, żywej skóry. Pobudza zawarte w niej fibroblasty do produkcji kolagenu i elastyny – aminokwasów odpowiadających za jędrność i sprężystość tkanki. Przepisów na usunięcie obumarłego naskórka jest wiele. Poczynając od zrobionej samodzielnie mieszanki, np. z mielonego siemienia lnianego i otrębów pszennych z kilkoma łyżkami ciepłej wody, przez wizytę w SPA i kuracje na bazie kwasów owocowych aż po chirurgiczne złuszczanie laserem. Im głębszy peeling, tym skuteczniejsza odnowa skóry. – Usunięcie martwego naskórka nie tylko pobudza fibroblasty, ale również czyni tkankę bardziej podatną na odżywianie i penetracją składnikami aktywnymi – mówi Daniela Stier ze SPA Hotelu Zamek Lubliniec – W razie poważniejszych zabiegów tego typu warto jednak oddać się w ręce specjalistów. Cera otwarta na pozytywne działania, jest zarazem wrażliwsza na podrażnienia. Warto ją przed tym profesjonalnie zabezpieczyć.

Jeśli jednak zdecydujesz się złuszczyć skórę sama, nie stosuj zbyt silnych preparatów (np. kwasów o stężeniu wyższym niż 20%), przeprowadzaj zabieg wieczorem, a następnego dnia użyj kremu z wysokim filtrem. Przy zachowaniu zasad bezpieczeństwa można (a nawet należy) robić peeling raz w tygodniu.

Czas relaksu

Po zrzuceniu brzemienia warstwy zbędnego, zimowego naskórka, cera jest gotowa na odpoczynek. Na co dzień możemy stosować relaksujące maseczki „domowej roboty". Zmęczonej skórze warto zaserwować na przykład wymieszane żółtko, sok z połowy cytryny, łyżki oliwy i pół łyżeczki miodu. Po 15 minutach zmywamy całość ciepłą wodą. Alternatywą jest wizyta u kosmetyczki lub SPA dysponującym urządzeniami do bardziej zaawansowanych kuracji. – Zabiegami szczególnie polecanymi dla podrażnionej cery są jonoforeza i ultradźwięki – podpowiada Daniela Stier ze SPA Hotelu Zamek Lubliniec – Działają one kojąco i stymulują regenerację komórek, a dzięki przystępnej cenie mogą konkurować z własnoręcznie stworzonymi preparatami. Po takim przygotowaniu pozostaje tylko nawilżyć i odżywić cerę składnikami, które przywrócą jej blask, dodatkowo podkreślony pierwszymi promieniami wiosennego słońca.

Czego pragnie Twoja skóra

Gdy zima wreszcie dobiegnie końca, możemy odstawić gęste, tłuste kremy ochronne. Idealne na wiosnę będą lekkie, energetyzujące preparaty. Każda z nas powinna dobrać kosmetyk odpowiedni dla swojej cery. Ważne jednak, by zawierał on składniki, które pozwolą skórze wrócić do pełni sił. Czego szukać na opakowaniach? Najlepszymi odżywkami są witaminy A, C, E oraz D-pantenol. Nawilżaniu sprzyjają gliceryna, kwas hialuronowy, mocznik i polisacharydy. Naturalną ochronną barierę lipidową pomogą odbudować ceramidy i kwasy tłuszczowe.

reklama

POLECAMY

Maseczka nawilżająco-odżywcza Iwostin Sensitia

Maseczka nawilżająco-odżywcza Iwostin zawiera kompleks witamin A, E i B5. Dostarcza skórze cenne składniki odżywcze i nawilżające. Skutecznie regeneruje oraz poprawia koloryt i strukturę skóry.

Substancje aktywne: Fucogel®, olej z pestek winogron, witamina A, witamina E, prowitamina B5 (pantenol), woda termalna z Iwonicza Zdroju

Cena: ok 26 zł (50 ml)

Krem intensywnie nawilżający SPF 20 Iwostin Sensitia

Krem intensywnie nawilżający SPF 20 Iwostin chroni skórę wrażliwą i alergiczną przed negatywnym wpływem środowiska: promieniowaniem UVA i UVB, smogiem i ozonem. Długotrwale nawilża i pielęgnuje. Nadaje się jako podkład pod makijaż.

Substancje aktywne: Preregen®, witamina E, witamina C, gliceryna roślinna, filtry UVA i UVB, woda termalna z Iwonicza Zdroju

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.

EKSKLUZYWNE MEBLE DLA NAJBARDZIEJ WYMAGAJĄCYCH

W ofercie mamy:

- meble kuchenne
- meble pokojowe
- meble tapicerowane
- stoły i krzesła

i inne

Wszystkie meble z możliwością indywidualnego zamówienia na wymiar

ZNAJDZ NAS NA FACEBOOK'U

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

Artur Szpilka w Rzeszowie

21 marca w rzeszowskim Ratuszu odbyła się konferencja prasowa poświęcona Gali Boksu Zawodowego „Wojak Boxing Night". Zjawili się na niej główni aktorzy tego wydarzenia: Artur Szpilka, Paweł Kołodziej i Krzysztof Głowacki, był również promotor i szef grupy Urlich Knockout Promotion Piotr Werner.

– Odbędą się dwie walki 10- rundowe z udziałem Artura Szpilki i Krzysztofa Głowackiego – mówi Piotr Werner. – Kołodziej stoczy walkę 8-rundową z uwagi na fakt, że jest świeżo po kontuzji. Oprócz tego w walkach cztero- i sześciorundowych zobaczymy wschodzące gwiazdy: Krzysztofa Kopytka w wadze półśredniej, Kamila Łaszczyka w superpiórkowej i nasz nowy nabytek Przemysława Runowskiego. Będzie też jeszcze jedna walka zawodowa oraz dwie amatorskie.

Dedykacje dla „Cygana"

Szpilka już na początku poruszył temat przebywającego w więzieniu Dawida „Cygana" Kosteckiego.

– Cieszę się, że będę mógł wystąpić w walce wieczoru w mieście gdzie wychował się Dawid, jego tu nie może być, czego żałuję, ale zarówno ja, jak i koledzy właśnie jemu dedykować będziemy nasze walki – zaczął swoją wypowiedź Szpilka.

– Nie pierwszy raz będę walczył w Rzeszowie i lubię tu walczyć. Zawsze kibice fajnie tu dopingowali, była wspaniała atmosfera. Obiecuję, że będę bardzo dobrze przygotowany i pokażę co potrafię najlepiej.

Nie dało się ominąć tematu ostatniej walki Szpilki z Mikiem Molo w Chicago. Polak dwukrotnie leżał na deskach, ale ostatecznie wygrał przez ciężki nokaut.

– Artur po tej walce dojrzał i teraz to mężczyzna w każdym calu. Wyciągnął wnioski i pokaże dobry boks – zakończył Werner.

20 kwietnia Gala boksu w Rzeszowie, godz. 19.

Bilety, w cenie od 40 PLN, dostępne są już w sprzedaży na stronach eventim. pl i ebilet. pl.

Marek Grzesik

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.

reklama

Opticus
ZAKŁAD OPTYCZNY

ul. Baldachówka 3, 35-061 RZESZÓW
tel. 17 853 64 33
pon. - pt. 9.00 - 17.30, sob. 10.00 - 13.00

OKULISTA

Komputerowe badanie wzroku (okulista)

wt., śr., czw., pt. od 15.00 do 17.00

OPTYK Kontrakt z NFZ
- NAJMODNIEJSZE OPRAWY OKULAROWE
- SZKŁA PROGRESYWNE NOWEJ GENERACJI
- WIELOWARSTWOWE POWŁOKI ANTYREFLEKSYJNE
- MIĘKKIE SOCZEWKI KONTAKTOWE (ODDYCHAJĄCE)
- FOTOCHROMY ORGANICZNE (Transition NG)

ATRAKCYJNE CENY

SPECJALNOŚĆ ZAKŁADU - NOWOCZESNE SOCZEWKI PROGRESYWNE
SZEROKIE POLE WIDZENIA, WYRAŹNE I PŁYNNE WIDZENIE W OBSZARZE DALI I BLIŻY

KOMFORTOWE WIDZENIE PRZEZ CAŁY DZIEŃ
PRZYJDZ, SKORZYSTAJ !!!

Bezpłatny dobór szkieł okularowych. Więcej informacji pod nr 17 853 64 33

SALON SŁOŃCA
okulary przeciwsłoneczne POLAROID
przez cały rok

Wykonujemy korekcyjne okulary przeciwsłoneczne

KOLOROWA WIOSNA 2013

OKULARY PRZECIWSŁONECZNE Z SOCZEWKAMI POLARYZACYJNYMI SKUTECZNIE LIKWIDUJĄ ODBITE REFLEKSY ŚWIETLNE OD NAWIERZCHNI JEZDNI, WODY, PLAŻY, ŚNIEGU, ITP.

Pogodnych, radosnych Świąt Wielkanocnych dla wszystkich Klientów i Czytelników Extra Podkarpacia życzy firma Opticus