ZIELONANEWS.pl

ZIELONANEWS.pl

Wesołych Świąt

Specjalne wydanie Świąteczne Nakład: 10 tys. egzemplarzy

Ile kosztuje świąteczne udekorowanie miasta?

W mieście w okresie świątecznym w wielu miejscach pojawiają się piękne iluminacje świetlne. Ozdabiają drzewa, fontanny, urzędy, skwery, miejskie latarnie. I wprowadzają nas w miły nastrój.

O to ile kosztuje takie zdobienie miasta w okresie świątecznym zapytaliśmy **Krzysztofa Sikorę** z urzędu miasta. - Koszt montażu, demontażu i napraw instalacji utrzymuje się na poziomie 159 tys. zł - wyjaśnił.
W tym roku po raz kolejny stanie sztuczna choinka, którą miasto kupiło trzy lata temu. Wówczas koszt zakupu wyniósł ok. 60 tys. zł. Na choince będzie ok. 50 gwiazd, LED-owy wąż i ponad 8 tys. lampek. Razem z gwiazdą i postumentem osiąga wysokość ok. 15 m. Koszty konserwacji choinki nie są dokładnie oszacowane. - Nie ma wyodrębnionych kosztów konserwacji choinki. Koszty corocznych napraw elementów świetlnych użytych do dekoracji kształtują się na poziomie 10-15 procent kosztów ogólnych planowanych na zabezpieczenie stanu posiadania dekoracji noworocznych – poinformował nas K. Sikora.
W ubiegłym roku na deptaku pojawiła się także nowa instalacja w kształcie dużej, świątecznej bombki, która była jednocześnie tunelem. Podobała się mieszkańcom. W tym roku jednak magistrat nie przewiduje nowych inwestycji. - Z uwagi na ograniczenia budżetowe nowych dekoracji nie będzie- wyjaśnił K. Sikora. Niemniej jednak w ten przedświąteczny czas miasto będzie błyszczeć kolorami.

Piękne iluminacje świetlne spotkamy w całym mieście, fot. Mirosław Materek

-----> **Więcej aktualnych informacji znajdziecie na www.zielonanews.pl**

W ubiegłym roku miasto kupiło wielką, świąteczną bombkę (fot. Mirrosław Materek)

fot. Karolina Wołotowska

NOWA ODSŁONA PORTALU

Nowy wygląd

Nowe funkcje

Przejrzyście i użytecznie

SPRAWDŹ NAS! WWW.ZIELONANEWS.pl

RODZINA

Minus wychodzi na plus

Gdy słupki rtęci schodzą poniżej zera, na dworze mróz szczypie w uszy, większość opatula się dodatkowym swetrem i grubym szalem. Ale nie zielonogórskie morsy, które w tym czasie z zapałem ściągają kolejną warstwę ubrań.

– Wbrew pozorom lepiej jest, gdy powietrze jest suche i mroźne niż wilgotne, bo to wychładza. A jak na dworze jest minus 20 to wchodząc to wody o temperaturze około zera stopni czujemy przyjemne ciepło – mówił nam **Grzegorz Blaut**, inicjator morsowania w Zielonej Górze. Najbardziej lodowata woda w jakiej się zanuzył była w Bałtyku.- Raz w roku jedziemy na zlot do Mielna. Woda wtedy miała minus dwa stopnie - opowiada.

Jeden plusk i popłynęli

Pan Grzegorz z synem rozpoczął zielonogórską falę morsowania. – Zaczęło się trzy lata temu. Najpierw moim synom (wtedy 4 i 6 lat) , ciepłą jesienią, zachciało się kąpieli w chłodnej wodzie w jeziorze. Poszedłem ich śladem. Spodobało nam się i rozpoczęliśmy regularne kąpiele. Niemal od razu przyłączył się jeden znajomy, potem jeszcze garstka, a po około miesiącu nastąpił przełom i pojawiło się więcej osób – opowiada. Bywa, że na Dzikiej Ochli, głównym miejscu spotkań zielonogórskich morsów, jednocześnie zanurza się ponad 40 osób. - Założyliśmy Zielonogórski Klub Morsa Spoko Tato, mamy też Szkolny Klub Morsika „Salomon" przy szkole na os. Pomorskim – wyjaśnia.

Morsem być

Do Morsów może przystąpić prawie każdy. – Wyjątkiem są osoby cierpiące na ciężkie schorzenia, choroby serca, zaburzenia w krążeniu krwi, czy zakrzepicę – tłumaczył.

Do lodowatej wody wchodzą zarówno kobiety, mężczyźni, dzieci, starsi, grubsi, chudsi. Nie ma reguły. – Morsem można zostać nawet przed urodzeniem. W Polsce morsowanie kobiet w ciąży nie jest jeszcze często praktykowane, ale np. dla Rosjanek to żaden problem – mówi. I zachęca do spróbowania, bo zalety płynące z morsowania są nie do przecenienia. – Cudowny lek na wszystko. Bardzo mało się choruje, świetny na reumatyzm. Pomaga się odstresować, bo zanurzanie powoduje uwalnianie ogromnych pokładów endorfin – wyjaśnia. Ale większość morsów nie zapomina także o zdrowym odżywianiu. – Moja rodzina je dużo warzyw, unikamy słodyczy, a jak mamy trochę wolnego czasu, to pieczemy własne chleby na zakwasie - opowiada. Wielu z nich po mroźnej kąpieli sięga po termos z ciepłą herbatą z cytryną, bądź kakao. To kwestia indywidualna, bo nie każdy ma potrzebę dogrzewania się w taki sposób - wyjaśnia. Wśród morsów są także weganie i osoby uprawiające inne sporty jak bieganie, crossfit.

Pierwszy krok w lodowatą wodę

Żeby spróbować zanurzenia w lodowatej wodzie nie trzeba specjalnie się przygotowywać. Ale trzeba pamiętać o kilku podstawowych zasadach. – Należy zabezpieczyć nogi, najlepiej zakładając kilka par skarpet lub kupując specjalne buty piankowe. Na ręce nakładamy rękawiczki a na głowę czapkę, bo wiadomo, że tędy ucieka najwięcej ciepła. I bardzo ważne jest się dobrze rozgrzać. Przez około20 minut biegamy, gimnastykujemy się. Dopiero jak poczujemy, że chcemy się rozebrać, to możemy zacząć morsowanie – wyjaśnia. Inaczej jest z dziećmi, bo to już wymaga większego przygotowania. – Dużo zależy od wieku dziecka. Czymś innym jest morsowanie z dwulatkiem, pięciolatkiem czy nastolatkiem. Ważne by malucha nie zniechęcić. Na początku istotna jest regularność. Wtedy dziecko wystarczy zanurzać na krótką chwilę. Rodzic nie może też panikować, ważny jest spokój – tłumaczył.

By jednak samemu przekonać się o pozytywach płynących z morsowania pan Grzegorz zachęca do wspólnego morsowania na Dzikiej Ochli. Spotkania odbywają się w czwartki o godz. 19.00 i niedziele o godz. 13.00.

(red.)

Reklama

Do wydania z miejskiej kasy jest 6 mln zł!

Ruszył budżet obywatelski. Do wydania z miejskiej kasy jest 6 mln zł. Zielonogórzanie do 16 grudnia mogą wypełniać karty do głosowania i zdecydować, które inwestycje zostaną zrealizowane w mieście.

Wzorem lat wcześniejszych inwestycje podzielono na dwie grupy: zadania małe i duże. Pierwsze dotyczą inwestycji do 150 tys. zł, drugie powyżej tej kwoty. Wśród małych zadań prym wiodą remonty ulic, chodników, budowa parkingów, oświetlenia ulicznego. Są też takie jak zamontowanie tablic informujących o jakości powietrza w mieście, ławek na deptaku z WIFI i ładowarkami do telefonów albo propozycja walka z bazgrołami ulicznymi.

Wśród inwestycji, których realizacja przekracza 150 tys. zł jest także wiele tych dotyczących remontu dróg. Ale można znaleźć także propozycje nieco bardziej innowacyjne, jak choćby drzewko solarne, czy system wypożyczalni rowerów. W głosowaniu może wziąć każdy mieszkaniec Zielonej Góry, zameldowany na pobyt stały lub czasowy, który w dniu głosowania ukończył 13 lat. Do wyboru jest pięć zadań małych i jedno duże.

Zielonogórzanie mogą głosować na dwa sposoby. Tradycyjnie, wypisując ręcznie kartę do głosowania dostępną w urzędzie miasta i wrzucając ją do urny, oraz elektronicznie, czyli poprzez ankietę internetową dostępną na stronie urzędu miasta www.zielona-gora.pl.

Istotną zmianą tegorocznego głosowania jest odejście od kart zbiorczych. Krzysztof Sikora, dyrektor Departamentu Gospodarki Komunalnej i Przedsiębiorczości w UM Zielona Góra tłumaczy, że karty te wzbudzały wiele kontrowersji i niejasności, więc w tym roku dopuszczane jest stworzenie tylko swojej jednej karty i wypisanie jej. W tym roku nie można było zgłaszać także inwestycji oświatowych.

(red.)

----> **Więcej informacji znajdziecie na www.zielonanews.pl**

RODZINA

ZAWÓD: Mikołaj

Jak wiemy Mikołaj ma wielu swoich wysłanników, którzy ogłaszają się to tu, to tam i chętnie przyjdą do nas z pomocą w obdarowywaniu prezentami najmłodszych. Udało nam się spotkać takiego wysłannika Św. Mikołaja i podpytać, jak wygląda jego praca.

- Drogi Mikołaju dysponujesz naprawdę pięknym brzuchem. Czy stosujesz jakąś specjalną dietę przez cały rok?
Brzuch jest hodowany od nowa, każdego roku. Niestety to konieczność, bo nikt nie wynająłby Mikołaja bez brzucha. Można by powiedzieć, że w pewnym sensie mój brzuch mnie utrzymuje. Aby wyhodować sobie na święta pokaźnych rozmiarów brzuch zjadam duże ilości słodyczy, co przychodzi mi z łatwością. Bo bardzo lubię słodycze (śmiech).

- A z potraw wigilijnych co jest twoim przysmakiem?
-Najbardziej lubię pyszną, jakże słodką, kutię

- Jak dzieci reagują na widok Mikołaja, który z wielkim worem prezentów przychodzi do nich do domu?
-Najczęstsza reakcja to euforia, radość i zaciekawienie. I to jest właśnie najpiękniejsze w byciu Mikołajem. Wszyscy go kochają i czekają na niego niecierpliwie.

- Jak dużo prezentów trzeba rozdać?
Może nawet całe tony. Tyle, ile jest do rozdania, tyle rozdaje.

A jaki był najcięższy prezent, który musiałeś udźwignąć?
-... zestaw ciężarów do ćwiczeń kulturystycznych

- A czy kiedyś obdarowałeś kogoś rózgą?
- Tak, teściową (śmiech)

- Czy zdarzył się kiedyś „nietrafiony prezent" i jak sobie z tym poradziłeś?
- Tak, zdarzyło się kiedyś, że chłopiec dostał mnóstwo prezentów, ale z rozpakowywaniem kolejnego i kolejnego był coraz bardziej markotny. Po otwarciu ostatniego prawie się rozpłakał. Okazało się, że nie ma Xbox-a, którego tak bardzo chciał mieć. Pierwsze, co wpadło mi do głowy, to zapytać czy napisał do mnie kartkę z prośbą o ten prezent, a on na to: Nie! Bo ja jeszcze słabo umiem

fot. archiwum Mikołaja

pisać. Powiedziałem mu wtedy, by przez najbliższy rok potrenował pisanie i za pośrednictwem rodziców wysłał mi list. Trochę się rozpromienił, a dodatkowo dostał zachętę do nauki pisania.

- O co najczęściej pytają dzieci?
Dzieci, jeśli odda im się inicjatywę, zazwyczaj zalewają mnie natłokiem pytań. Myślę, że większość z nich zapomniałem, ale najfajniejsze zostały mi w głowie, takie jak te natury technicznej: A gdzie Mikołaju zaparkowałeś sanie? A jak nie ma śniegu, to jak tymi saniami jeździsz? Kilkakrotnie zostałem zapytany, czy mam panią Mikołajową, albo co robię z tym ogromem czasu między świętami jednego roku a świętami roku następnego.

- No to powiedz nam, gdzie parkujesz sanie i jak się mieścisz w kominie?
- Sanie z reniferami parkuję zazwyczaj na pobliskim dachu. Zaś wchodzenia przez komin raczej unikam z racji nadmiaru sadzy w szybie, bo jestem uczulony. Wolę zadzwonić dzwonkiem pod oknem, albo zapukać do drzwi, by mnie wpuszczono.

- A takie najbardziej zaskakujące pytanie, które zadało dziecko?
- Hmm…. dlaczego dajesz mi zawsze za duże kapcie? (śmiech)

- Co Mikołaj robi przez resztę roku?
Po tak ciężkim wysiłku, jakim jest rozdawanie prezentów w okresie świątecznym, odpoczywam... razem z Mikołajową.

- O której Mikołaj wraca do domu w Wigilię?
- Zazwyczaj około 22.00.

- Kto towarzyszy Mikołajowi przy rozdawaniu prezentów?
Zazwyczaj proszę o pomoc domowników. Bywa jednak, że rozdaję prezenty w galerii handlowej, albo dla dzieci pracowników jakiejś firmy, wtedy często centrala przydziela mi do pomocy elfy.

- Czy lubisz swoją pracę?
- Oczywiście! Żadna nie daje tyle satysfakcji i dziecięcego uśmiechu.

A jak można się z Tobą skontaktować?
- Oczywiście pisząc listy do Laponii. Ale poszedłem też z duchem czasu i można do mnie zadzwonić pod numer telefonu: 539 999 986.

- Dziękuję za rozmowę
- Dziękuję

Co, gdzie, kiedy?

Więcej informacji znajdziecie w kalendarzu na www.zielonanews.pl

Polskie przeboje lat 60-tych według ERATO

Studio Piosenki ERATO zapraszaa wieczór przebojów. Usłyszymy takie hity jak „O mnie sie nie martw", „Autostop", „Kwiaty we Włosach", „Mały Książe" i wiele piosenek które kojarzą się w szalonymi latami 60 -tymi.Zagra dla Was band pod kierunkiem Krzysztofa Mrozińskiego, piano, gitary: Janusz Brzozowski, bas: Paweł Słoniowski, instrementy klawiszowe: Darek Jaros, perkusja: Michał Polak. To będzie zacny wieczór wspomnień muzycznych!
3 grudnia 2016, 19:00, Miejsce: Hydro-(za)gadka

Mikołajkowe Warsztaty Plastyczne

Mediateka Szklana Pułapka zaprasza na Mikołajkowe Warsztaty Plastyczne z Punktem Informacji Europejskiej Europe Direct w Zielonej Górze. Podczas spotkania będziemy mieli okazję stworzyć niepowtarzalne świąteczne ozdoby i dekoracje. Udział w zajęciach jest bezpłatny, ale obowiązują jednak zapisy: (68) 45 51 807/ szklanapulapka@biblioteka.zgora.pl

Mediateka Szklana Pułapka (Palmiarnia Zielonogórska) - 6.12 o godz. 16.30

Mikołajki Przyrodnicze w Centrum Przyrodoznawczym

W związku z mikołajkami w Centrum Przyrodniczym szykuje się wiele atrakcji. Będzie m.in. pisanie listów do św. Mikołaja, budowanie pojazdu z klocków, który ma na celu skrócić czas potrzebny na dostarczenie prezentów do ludzi na całym świecie., będą wykonywane prace plastyczne nawiązujące do Mikołajek (np. Mikołajki z papieru, bałwanki). Ale to nie wszystko. Odbędzie się też świąteczne koło fortuny. Na dzieci odwiedzające CP będzie czekało 6 kategorii pytań dotyczących świąt i tradycji świątecznych.

Na sali umieszczona będzie ścianka fotograficzna z motywem świątecznym, przy której będzie można zrobić pamiątkowe zdjęcie. Być może przybędzie też Mikołaj, który obdaruje przybyłych upominkami....

Wykład z cyklu Akademia Młodego Biologa

„Płatki śniegu a świat fraktali" dr Agnieszka Janiak-Osajca. Wykład popularny mający na celu przybliżenie słuchaczom w różnym wieku świat fraktali.
Centrum Przyrodnicze 14. 12 gdz.16:00.

W MIEŚCIE

Jest gdzie się bawić!

W listopadzie w Zielonej Górze uroczyście otwarto dwa nowe place zabaw. Bez wątpienia są to jedne z najnowocześniejszych i pełnych atrakcji miejsc dla dzieci.

Na początku listopada oficjalnie otwarto plac zabaw na Chynowie. To wygrana w konkursie Nivea. Przypomnijmy, że place zabaw miały pojawić się w lokalizacjach, które zyskały najwięcej głosów w głosowaniu. W zabawie wzięło udział ponad 900 uczestników. Ale wygrać mogło tylko 40-stu. I udało się. Ten z Chynowa znalazł się wśród wygranych.

Na placu znajduje się wiele ciekawych atrakcji dla dzieci. Urządzenia są nietypowe i rzadko spotykane na innych placach zabaw. Jest między innymi skakanka, gra w klasy, czy huśtawka tzw. orle gniazdo, czy karuzela.– Jest się na czym pobawić – przyznała mama Małgorzata. A dzieci trudno było oderwać od zabawy. Wspinały się po metalowych instalacjach, huśtały na huśtawkach, bujały na konikach. - Jest super - przyznała Ania. A co jest najfajniejsze? - Wszystko! Skakanka, ściana wspinaczkowa, huśtawki, ślizgawki - wymieniały dzieci.

Plac położony jest w ustronnym miejscu w pobliżu lasu przy ul. Tęczowej w Chynowie.

17 listopada przy ul. Chmielnej w Zielonej Górze oficjalnie otwarto kolejny plac zabaw. Poza miejscem dla dzieci jest też kompleks sportowy i siłownia dla dorosłych. Miejsce to robi naprawdę dobre wrażenie.

Prawie 700 tys. zł kosztowała budowa tego kompleksu. Poza placem zabaw jest niewielki skate park, siłownia dla dorosłych i boisko, gdzie można pograć zarówno w piłkę nożną, koszykówkę, unihokeja czy siatkówkę. Dodatkowo zamontowano tu miejsce do gry w ping-ponga i szachy. Jest też altana, w której rodzice będą mogli z wysoka obserwować bawiące się dzieci, usiąść i odpocząć.

Warto podkreślić, że koncepcja tego, jak ma wyglądać to miejsce, powstawała poprzez konsultacje z mieszkańcami. Nie był to tylko pomysł architekta rysowany na papierze. A wspólna wizja. I trzeba przyznać, że udana.

Więcej zdjęć i informacji znajdziecie na www.zielonanews.pl

Reklama

Wysokie zarobki i stała praca!

Opiekunów medycznych cały czas jest za mało w stosunku do rosnącej liczby starszych osób. Taka sytuacja w Polsce i krajach unijnych występuje już od kilku lat. Aby zdobyć **państwowe kwalifikacje** do opieki medycznej nad pacjentem nie trzeba posiadać wybitnych zdolności. Konieczne jest ukończenie rocznej nauki w zawodzie. **Centrum Kształcenia Plejada prowadzi nabór na semestr LUTOWY wszystkich chętnych bez względu na wiek i wykształcenie na kierunek Opiekun medyczny. Wystarczy świadectwo i dowód osobisty. Nauka jest darmowa!!!**

Opiekun medyczny to jedyny zawód gdzie preferowane są osoby w średnim wieku, odpowiedzialne z wiedzą i życiowym doświadczeniem.

Na naszych rodaków z dyplomem opiekuna czekają pracodawcy m.in. w Niemczech, Austrii, Włoszech. W Europie można pracować bez żadnych ograniczeń. Osoby z dyplomem opiekuna medycznego i technika masażysty od ręki otrzymują zatrudnienie w Domach Pomocy Społecznej i osób prywatnych. Najsilniejszą pokusą skłaniającą ludzi do wyjazdów są pieniądze. W ubiegłym roku wykwalifikowany opiekun z dyplomem polskiej szkoły zarabiał ponad 1600 euro miesięcznie. Absolwenci otrzymują świadectwo ukończenia szkoły oraz dyplom potwierdzający kwalifikacje zawodowe wraz z suplementem w języku polskim i angielskim honorowanym w całej Unii Europejskiej.

Szkoła prowadzi także **nabór** na semestr **LUTOWY** na kierunki: T**echnik masażysta, Terapeuta zajęciowy i do Liceum ogólnokształcącego.**

Dla wszystkich prowadzone są zawodowe kursy j. niemieckiego. Oferujemy wieloletnie doświadczenie, wyspecjalizowaną kadrę i wysoką zdawalność egzaminów zawodowych.

Osoby zainteresowane zapraszamy do Szkoły Policealnej Plejada w Zielonej Górze przy ul. Bohaterów Westerplatte 25 tel. 68 323 92 10 lub 788 286 711. Czynny od poniedziałku do soboty w godz. 9:00-17:00.

Nabór trwa do 28 LUTEGO 2017r. Wszelkie informacje uzyskasz również pisząc na adres ckplejada@interia.pl. Zapisz się on-line www.plejada.edu.pl

CENTRUM KSZTAŁCENIA Plejada

Casting na Miss Ziemi Lubuskiej

Agencja Modelek Princess organizuje castingi do konkursu Miss Ziemi Lubuskiej 2017 oraz Miss Nastolatek 2017. Pierwszy casting już się odbył. Kolejne zaplanowano na 10, 17 i 18 grudzień. Wszystkie castingi odbędą się w Palmiarni Zielonogórskiej w godz. 13.00-15.00.

Chętne dziewczyny muszą mieć nie mniej niż 14 i nie więcej niż 25 lat i min. 166 cm wzrostu.. Obowiązkowo trzeba mieć przy sobie dowód potwierdzający tożsamość. Dodatkowym mile widzianym elementem, są szpilki i naturalny, dzienny makijaż.

Dziewczyny, które dostaną się do konkursu będą występować na Gali Finałowej, gdzie czeka ich prezentacja w kilku odsłonach. Uczestniczki wystąpią w strojach kąpielowych, sukienkach, sukniach ślubnych z salonu Kreacja Żannet oraz w kolekcji marki Orsay i Hexeline.

Dla zwyciężczyni przewidziane jest m.in. 2 tys. zł, brelok VIP o wartości 5 tys. zł od Exclusive Club Demon i nagrody od Orsay oraz Kreacji Żannet.

Poprzednia Miss Ziemi Lubuskiej, Judyta Zapędzka, obecnie konkuruje o tytuł najpiękniejszej Polki. Czy go zdobędzie dowiemy się 4 grudnia.

(red.)

Dom Życie Ewy Minge pomaga chorym na raka

Ewa Minge
polska projektantka mody

Chcielibyśmy zarazić inne miasta w Polsce i uruchomić rodzaj franczyzy społecznej, aby nasz program autorski mógł działać wszędzie tam gdzie pomoc jest potrzebna. Chcemy stanowić wsparcie dla służby zdrowia w obszarze, który jest zaniedbany, a bardzo pomocny w leczeniu. Kiedy choruje ciało razem z nim choruje głowa i dusza. Ciała nie można wyleczyć w oderwaniu od psychiki człowieka. Jesteśmy po to, by dać moc do walki o życie

W Zielonej Górze działa już Dom Życie, którego założycielką jest znana projektantka Ewa Minge. To tu prawie 50 osób chorych na choroby nowotworowe i ich rodziny znalazło wsparcie. Pomaga im 35 wolontariuszy.

– Nie ma możliwości, by to robić w oderwaniu od rodziny. Opieramy się w dużym zakresie na wolontariacie, ale dążymy do tego by posiadać kadrę podstawową w pełnym wymiarze i zaangażowaniu. Chcemy tworzyć kolejne stałe stanowiska pracy dla personelu specjalistycznego – mówiła Ewa Minge podczas konferencji z okazji z rocznicy działania fundacji Black Butterfies.

Leczenie duszy

W placówce znajduje się gabinet psychologiczny, psychoterapii grupowej, gabinet dietetyczny, poradnia prawna, konsultant onkologiczny. Są też zajęcia fitness. - Podopieczni mogą też uczestniczyć w warsztatach teatralnych, malarskich, decoupage, projektowania sztuki użytkowej i kosmetycznych. W przyszłym roku ofertę artterapii uzupełnią warsztaty muzyczne, gabinet fizykoterapii i grafiki komputerowej oraz Akademia Pacjenta – wyjaśniała E. Minge. I podkreślała, że takie formy są bardzo potrzebne chorym, niejednokrotnie ludzie ci odnajdują w sobie nową pasję, a często staje się ona ich zawodem.

A wszystko za darmo...

Udział w zajęciach jest bezpłatny, a to dzięki sponsorom i władzom miasta. Na konferencji podziw dla działań projektantki wyraził prezydent miasta.– Jestem pod wrażeniem tempa działania fundacji. Pani Ewa Minge dotarła do mnie i już na pierwszym spotkaniu zaraziła mnie optymizmem. Idea fundacji spodobała nam się. Mamy coraz lepszy system leczenia chorób onkologicznych i przewlekłych, ale on nie leczy duszy. Fundacja Ewy Minge o tę duszę dba. Dlatego nie mogliśmy odmówić. Bardzo szybko pomogliśmy znaleźć odpowiedni lokal, by Pani Ewa mogła zacząć. I nadal chcemy ją wspierać – mówił podczas konferencji **Janusz Kubicki**, prezydent miasta. Dom Życie znajduje się przy ul. Stary Rynek 13, naprzeciwko ratusza. Na tym jednak nie koniec. Projektantka zapowiadała rozszerzenie działalności. - Wkrótce otworzymy się na chorych ze stwardnieniem rozsianym i zanikiem mięśni – mówiła. I podkreślała, że już pojawiły się propozycje by Dom Życia powstał w kolejnych miastach, m.in. W Żarach, Wrocławiu, czy Krakowie. **(red.)**

Podziel się News-em!

Widziałeś coś ciekawego w mieście? Zrobiłeś niezwykłe zdjęcie? Coś Cię zaskoczyło, zdziwiło, rozśmieszyło? Napisz do nas i podziel się informacjami z całym miastem!

Czekamy na wiadomości pod adresem e-mail: redakcja@zielonanews.pl.

Możesz napisać także na naszym fanpage na Facebooku:

www.facebook.com/zielonanews

Reklama

Detailing Store
Centrum Kosmetyków Samochodowych

Akcesoria do Detailingu:
- pędzle detailngowe
- szczotki do opon
- szczotki do felg
- aplikatory do wosków
- aplikatory do politur
- aplikatory do opon

Kosmetyki detailingowe:
- płyny do szyb
- niewidzialne wycieraczki
- preparaty do mycia felg
- dressingi do opon
- dressingi do wnętrza
- quick detailery

Detailing Store
Centrum Kosmetyków Samochodowych

Aleja Niepodległości 8A 65-048 Zielona Góra
email: detailingstorezg@gmail.com +48 733 05 05 01

KUCHNIA

Coś na świąteczny stół

Mikołajkowe sakiewki

Ciasto francuskie:
200 g mąki pszennej
200 g masła (temp. pokojowa)
100 ml wody
1/2 łyżeczki soli
50 g masła roztopionego i schłodzonego

Farsz
1 kg kapusty kiszonej
0,5 kg pieczarek lub prawdziwków
2 średnie lub 1 duża cebula
sól, pieprz do smaku

Przygotowanie ciasta francuskiego

Mąkę, wodę, sól, roztopione 50 g masła łączymy w misce na jednolitą masę. Następnie przekładamy na stolnicę i podsypując delikatnie mąką. Wyrabiamy, następnie zawijamy w folię i schładzamy w lodówce około 2 godzin.
Schłodzone ciasto wyjmujemy z lodówki i wałkujemy w formę kwadratu lub prostokąta. Następnie na środku kładziemy kostkę masła i nakładamy 4 brzegi brzegi rozwałkowanego ciasta na masło, delikatnie rozwałkujemy i ponownie składamy w kopertę. Schładzamy znów w lodówce ok. 1 godziny i kolejny raz powtarzamy czynność wałkowania i składania ciasta w kopertę.
Powtarzamy tę operację „wałkowania i składania" min. czterokrotnie.
Ostatnie wałkowanie i wykrawanie kwadratów od 8 do 10 cm, nadziewanie farszem i lepienie rombów kwadratów.
Pieczemy w temp. 200 stopni C, nie dłużej jak 10 min.
Przed pieczeniem można posmarować ubitym żółtkiem z jajka dla nadania złocistego kolorku.

Przygotowanie farszu:

Obgotować kapustę, ostudzić i odsączyć. Pokroić i podsmażyć pieczarki lub prawdziwki. Drobno pokrojoną cebulkę zrumienić na tłuszczu. Kapustę, pieczarki drobno posiekać dodać cebulkę, sól i pieprz i żółtko z jajka. Wszystkie te składniki podsmażyć na patelni.
Można dodatkowo do farszu dodać podsmażony, drobno pokrojony boczek wędzony (w zależności od smaku i upodobań).

Koktajl krabowy

125 gramów krewetek
5 łyżek stołowych majonezu
4 łyżki stołowe ketchupu
2 łyżki stołowe koniaku
1 duży ząbek czosnku (rozgniecionego lub przez praskę wyciśniętego)
pół łyżeczki od herbaty soku z cytryny
1 łyżka stołowa soku z ananasów (z puszki) lub drobno posiekana połówka ananasa z puszki
szczypta pieprzu (nie dawać soli)

Sposób przygotowania:
Majonez, ketchup, koniak, czosnek, sok z cytryny i ananasów, pieprz razem wymieszać.
Dodać kraby (te świeże są już parzone, więc można je w takim stanie spożywać) lub jak ktoś woli lekko podsmażyć na maśle, ostudzone dodać i wymieszać z koktailem. Udekorować według gustu.
Czas przygotowania: max.10-15 min. Można w lodówce przechować do 24 godzin

Reklama

HONORUJEMY KARTY
ZGRANA RODZINA
KARTA ZIELONOGÓRSKIEJ RODZINY
ZGRANI 50+ ZIELONOGÓRZANIE

WITAMINKA
Stary Rynek 19 Zielona Góra

25 lat doświadczenia na lubuskim rynku

REALIZUJEMY INDYWIDUALNE ZAMÓWIENIA KLIENTÓW

OFERUJEMY:
- ODŻYWKI DLA SPORTOWCÓW
- SUPLEMENTY DIETY
- ŻYWNOŚĆ NATURALNĄ I EKOLOGICZNĄ
- WYROBY BEZGLUTENOWE
- ARTYKUŁY BEZ CUKRU I DLA DIABETYKÓW
- KOSMETYKI NATURALNE

OTWARTE:
pn.-pt.: 9:30-17:30
sb.: 10:00-14:00

Stary Rynek 19, Zielona Góra
tel. 68 327 20 57

Lubisz gotować? Masz świetne przepisy, którymi chcesz się podzielić? Dodaj swoje ulubione receptury na naszym portalu! Czekamy na Wasze smakowite propozycje!

WEJDŹ NA

WWW.ZIELONANEWS.PL

Reklama

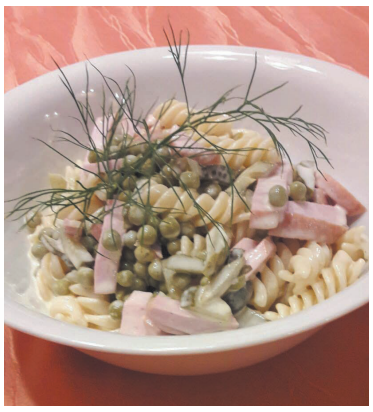
sklep
DARY NATURY
zielarsko-medyczny

ul. Anieli Krzywoń
(konfin pawilon nr 54)
tel. 725 829 883

Godziny otwarcia
pon-pt: 8.00 - 17.00
sobota: 8.00 - 14.00

/darynaturysklepzielarskomedyczny

KUCHNIA



Sałatka makaronowa

Składniki:
200 g makaronu penne (waga przed ugotowaniem)
2 lub 3 ogórki korniszony (średniej wielkości)
100 g szynki gotowanej lub mortadeli
4 czubate łyżki groszku konserwowanego
1 jajko ugotowane na twardo
1/2 łyżeczki od herbaty musztardy
5 łyżek stołowych majonezu (używam „kieleckiego", ale może być inny)
sok z ogórków korniszonów w celu zakwaszenia i podniesienia smaku

Przyprawy:
pieprz czarny, szczypta wegety, odrobinka cukru, może być ząbek czosnku (ale niekoniecznie), drobno posiekany świeży koperek

Przygotowanie:
Makaron ugotować i ostudzić. Ogórki korniszony pokroić w słupki lub półksiężyce.
Szynkę lub mortadelę pokroić w słupki lub paseczki. Jajko pokroić w kostkę lub plastry. W miseczce wymieszać: majonez, musztardę, sok z ogórków oraz pozostałe przyprawy. A następnie połączyć wszystkie składniki razem i pozostawić w lodówce.

Creme Brulle

Składniki:

250 ml śmietany kremówki 32% (najlepsza ponad 30%)
250 ml mleka 3,5%
120 g cukru
1 laska wanilii (ale nie cukier waniliowy)
2 całe jaka
3 żółtka
Brązowy cukier do karmelizacji

Sposób przygotowania:

Mleko, śmietanę, cukier i miąższ z laski wanilii ugotować. Całe jajka wraz z żółtkami ubijać ręcznie na masę pianowo-kremową. Ugotowane ciepłe mleko połączyć z masą jajkową powoli ręcznie mieszając. Wlać do małych foremek i piec w piekarniku w temp. 130-150 C około 40 min.
Foremki ustawić w głębokiej z brzegami blasze uzupełnionej wodą. Po upieczeniu ostudzić przez ok 4 godz. i posypać brązowym cukrem i skarmelizować.

Więcej pysznych przepisów znajdziecie na stronie www.zielonanews.pl w zakładce „Kuchnia"

Babcia Ircia, miłośniczka dobrej kuchni. Od kilkudziesięciu lat pracuje w gastronomii testując przepisy z różnych stron świata. Wszystkie jej potrawy muszą być dopieszczone nie tylko w smaku, ale także wizualnie. Ulubiona kuchnia? Oczywiście, że polska!

Ryba w sosie pomidorowym

Rybę (oczyszczoną) zakwasić cytryną, posolić, obtoczyć w mące i podsmażyć na oleju w temp. 170-180 C na złoty kolor.

Sos „Charon":

200 ml creme fraiche (lub ukwaszona śmietana powyżej 30%. Ukwaszoną śmietanę możemy uzyskać poprzez zmieszanie śmietanki min. 30% z dodatkiem 2 łyżek maślanki pozostawiając do zgęstnienia w ciepłym miejscu).
2 średnie pomidory concassees (Pomidory concassees- są to sparzone we wrzątku pomidory, obrane ze skórki z wydrylowanymi gniazdami nasiennymi- czyli pozostający sam miąższ, pokrojony w drobną kostkę)

1/2 cebuli
1 duży ząbek czosnku
1 łyżeczka koniaku lub 2 łyżki białego wina
1/2 łyżeczki soku z cytryny
sól
pieprz

Przygotowanie sosu:

Drobno posiekaną cebulkę wraz z posiekanym czosnkiem podsmażamy na tłuszczu (do zrumienienia się). Dodajemy pomidory concassees i króciutko smażymy, dodajemy odrobinę koniaku lub białego wina (w zależności od smaku). Przyprawiamy pieprzem czarnym, szczyptą soli i szczyptą cukru, dodajemy 1/2 łyżeczki soku z cytryny i na końcu creme fraiche lub wyżej podaną śmietanę. Gotujemy krótko wszystkie składniki dokładnie mieszając.
Danie można w zależności od upodobań podawać z ziemniaczkami lub makaronem.

Reklama

Rogaliki Hrabiny Katarzyny

350 gram maki, 220 gram masła, 5 łyżek śmietany, 1 jajo plus 2 żółtka zagniatamy i odkładamy do schłodzenia. Najlepiej na noc. Następnie rozwałkowujemy ciasto i robimy rogaliki albo koło i zaciskamy jak pierogi.
Nadzienie: masa krówkowa (najlepsza z Gostynia) lub kawałek jabłka posypany cukrem.
200 stopni na 15-20 minut. Przed pieczeniem smarujemy roztrzepanym jajem.

Eklerki

Produkty na ciasto:

1 szklanka mąki
1 szklanka wody
1/2 kostki masła
5 jajek

Krem:

250 ml śmietanki 30%,
granat

Wodę z masłem zagotować, odstawić z ognia powoli wsypywać mąkę mieszając, po przestudzeniu masy wbijać stopniowo jaka i mikserem wymieszać. Formować na blasze i piec w piekarniku w temp. 200 C, 20 min.

Przygotowanie Eklerków

Ubić śmietanę dodając usztywniacz.

Ostudzone eklerki przekroić i wypełnić bitą śmietaną, posypać owocem granatu i razem skleić. Wierzch polać rozpuszczoną czekoladą i posypać delikatnie cukrem pudrem.

Reklama

Tu spróbują postawić Cię na nogi

Masz problemy z bolesnością kończyn dolnych? **Pracownia OrtoProt Jana Kołodyńskiego** zaprasza na cykliczne oceny wad związanych z biomechaniką chodu. Firma na rynku działa od roku 2005 ściśle współpracując z lekarzami jak i terapeutami. Dysponując doskonałym sprzętem i niepodważalnym doświadczeniem.

- Proponujemy dobór odpowiedniego obuwia dla dzieci jak również indywidualne projektowanie wkładek ortopedycznych dla dzieci, dorosłych oraz osób uprawiających sport. Stosowana u nas diagnostyczna platforma komputerowa umożliwia zaawansowaną ocenę biomechaniki chodu. Pozwala na dogłębną analizę rozkładu obciążeń na podeszwowej stronie stopy podczas stania (statycznie), w chodzie (dynamicznie), wyznaczanie środka ciężkości i innych elementów stabilometrii ciała, niezbędnych przy indywidualnym projektowaniu wkładek – wyjaśnia technik ortopeda **Jan Kołodyński, założyciel firmy.** I tłumaczy, że złe ułożenie stóp, nadmierna pronacja często upośledza normalną funkcję kolan i bioder, a w ślad za tym zwiększa napięcie mięśniowe odcinka lędźwiowego kręgosłupa – przekonuje.

Codziennie nasze stopy są narażone na nadmierne przeciążenie zarówno podczas chodzenia, jak i stania na twardych, nienaturalnych dla nas powierzchniach. Ocenia się, że ponad 75 procent populacji cierpi z powodu nadmiernej pronacji, czyli tak zwanego skośławienia stóp.
Takie wady są powszechne zarówno u dzieci jak i u osób starszych, u ludzi prowadzących siedzący tryb życia a także u zawodowych sportowców.
Jest na to sposób. - Wykonane indywidualnie wkładki ortopedyczne zapewniają poprawne ustabilizowanie stóp i eliminują większość biomechanicznych dysfunkcji. Przywracają kończynie dolnej jej naturalną oś. W połączeniu z właściwie dobraną rehabilitacją, indywidualnie projektowane wkładki dają pacjentowi długotrwałą ulgę w wielu przewlekłych dolegliwościach takich jak: bóle pięt, „ostroga piętowa", „haluksy", płaskostopie poprzeczne, modzele, stopa cukrzycowa, RZS.

Indywidualne formy vacum.

Zapraszamy po uprzednim telefonicznym ustaleniu terminu.

Zielona Góra ul. Wazów 6a (parking przy Urzędzie Miasta) tel. 68 420 00 31
Pracownia w Świebodzinie ul. Łąki Zamkowe 12 tel. 68 458 05 50

Ocena podoskopowa.

Ręczna, dokładna obróbka.

Indywidualne korekty.

orto prot | Jan Kołodyński www.ortoprot.pl

Zapraszamy do sklepów ortopedycznych w Zielonej Górze:

- **ul. Wazów 6a, Centrum Zaopatrzenia Ortopedycznego (parking Urzędu Miasta) czynne od pon.-pt.: 8:00 do16:00, tel. 68 420 00 31**
- **ul. Wyszyńskiego 99, p.21, Centrum Medyczne obok Mrowiska, tel. 68 320 17 49, pon.-pt.: 9:00-15:00**

Oferujemy: wkładki ortopedyczne, stabilizatory, ortezy kończyn, gorsety, pasy, kołnierze ortopedyczne, materace przeciwodleżynowe, wyroby przeciwżylakowe, skarpetki zdrowotne i sportowe oraz akcesoria dla amputantów (pończochy kikutowe, kosmetyki, kompresja itp.).

Sprzęt rehabilitacyjny i pomocniczy: piłki, taśmy, berety, kompresy, kule, laski, balkoniki, wózki inwalidzkie.

Wykonujemy sprzęt ortopedyczny na miarę: protezy, gorsety, łuski ortopedyczne oraz indywidualne wkładki ortopedyczne.

Jedyna pracownia w Świebodzinie!

Protetyka kończyn Świebodzin, ul. Łąki Zamkowe 12, tel. 68 458 05 50

Polskie, zdrowe obuwie dziecięce

ul. Wazów 6a (parking Urzędu Miasta)
czynne od pon.-pt.: 9:00-16:00

Reklama

Pijawki dobre na wszystko

O wspaniałych właściwościach pijawek przekonała się choćby Demy Moore, czy Ewa Kasprzak. Teraz mają szanse na to także zielonogórzanie, bo przy ul. Boh. Westerplatte 9/214 powstał gabinet hirudoterapii, czyli leczenia za pomocą pijawek.

Hirudoterapia to stara, sprawdzona i nieszkodliwa metoda leczenia pijawkami. Chociaż dla niektórych osób leczenie pijawkami może kojarzyć się ze średniowieczem, a obraz przystawianej pijawki do ciała człowieka może wywoływać strach i niesmak, efekty są niesamowite, a szpitale sięgają po nią w leczeniu swoich pacjentów.

Leczenie pijawkami było znane już w starożytności, a w 2005 roku Amerykańska Agencja ds. Żywności uznała ją za oficjalną metodę leczniczą. Jest skuteczna, naturalna i nie ma skutków ubocznych. - Pijawka lekarska uważana jest za żywe laboratorium farmakologiczne, bo ślinie pijawki jest około dwustu substancji chemicznych, które dokonują tych cudownych uzdrowień. Mają działanie przeciwzakrzepowe, przeciwzapalne, przeciwbólowe, działają jak antybiotyki– tłumaczy Paweł Mach z gabinetu hirudoterapii.

Ich zastosowanie jest ogromne. Wspomagają leczenie wielu schorzeń m.in. układu sercowo-naczyniowego, żylaki, nadciśnienie, niedociśnienie, wysoki cholesterol, choroby skóry, hemoroidy, rwę kulszową, żylaki, obrzęki powypadkowe, choroby przewodu pokarmowego, wątroby, wrzody żołądka i dwunastnicy, alergie, choroby kobiece, bezpłodność, prostatę, impotencję, udary, bóle stawów, choroby nerek, bóle kręgosłupa, agresję, histerię, nerwice, depresję, a nawet niektóre nowotwory.
Coraz popularniejsze jest też wykorzystywanie ich w kosmetyce.- Wiele osób, w tym nawet celebryci np. Demy Moore, czy Ewa Kasprzyk dzięki pijawkom poprawiają urodę – wyjaśnia specjalista. I dodaje, że hirudoterapia jest także skuteczna w leczeniu trądziku, cellulitu, łuszczycy i przebarwień.

Zabiegi są prawie bezbolesne, dlatego, że pijawka wpuszcza do krwi substancje znieczulające. Są także bezpieczne, bo pochodzą zawsze z hodowli laboratoryjnej. – To znaczy, że są czyste i nie przenoszą żadnych chorób – zapewnia P. Mach i ma na potwierdzenie odpowiednie certyfikaty.

Pan Paweł działanie pijawek sprawdził na własnej skórze. Najpierw leczył siebie i rodzinę. – Przed czterema laty wspólnie z małżonką zrobiliśmy odpowiednie kursy, szkolenia, mamy certyfikaty – wyjaśnia pan Paweł. I zaprasza na pierwszą wizytę, na której wyjaśni dokładnie „ pracę pijawek" i pokaże niezwykłą moc jaką w sobie mają.

Umów się na wizytę pod numerem tel. 604442685 lub 606323125

Dział reklamy:
Justyna Paruszewska Karolina Wołotowska
tel. 506 529 040 tel. 795 375 102
e-mail: reklama@zielonanews.pl

Redakcja ZielonaNews.pl
ul. Boh. Westerplatte 9/110
Zielona Góra

Reklama

fatto
deweloper.pl

NASZE WARTOŚCI

są fundamentem wszystkiego, co budujemy.

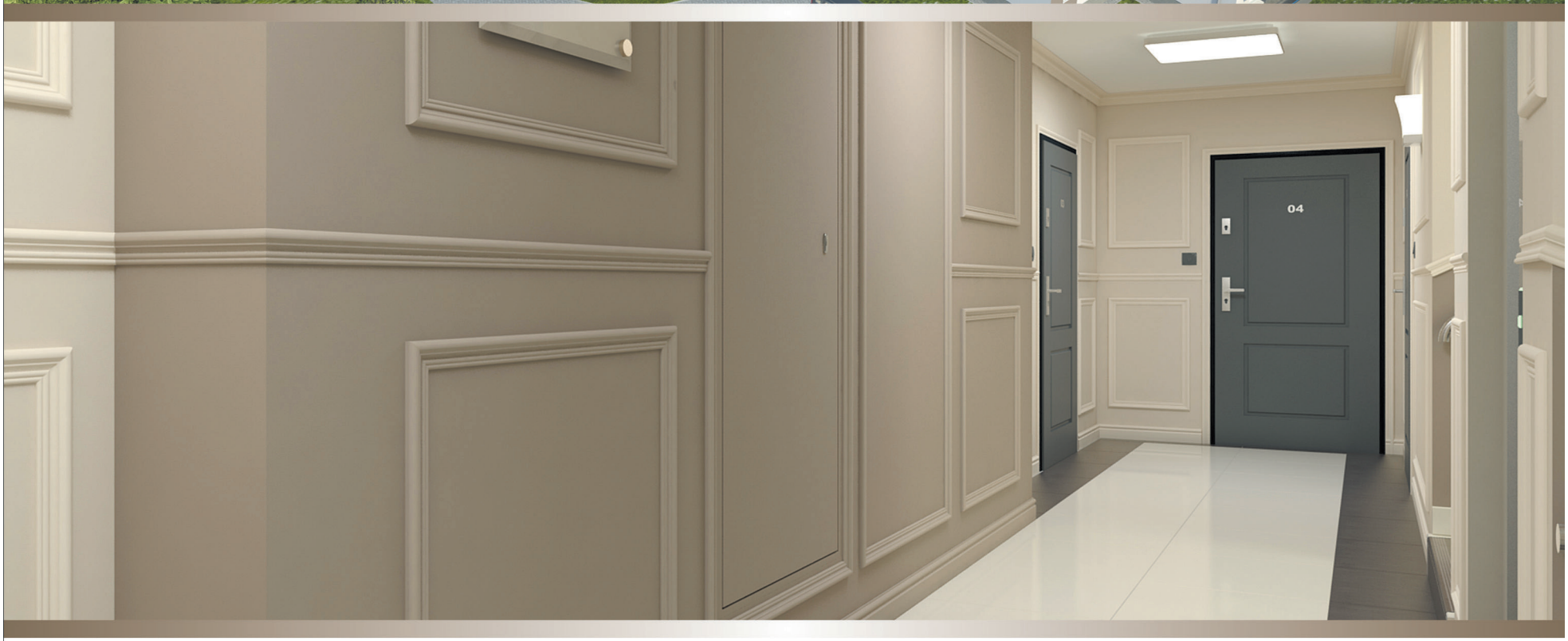
Fatto Sp. z o.o.
ul. Zacisze 16a
65-775 Zielona Góra
tel. 531 222 252

Opiekun Klienta
Piotr Sobkowiak
tel. 666 663 060

biuro@fattodeweloper.pl

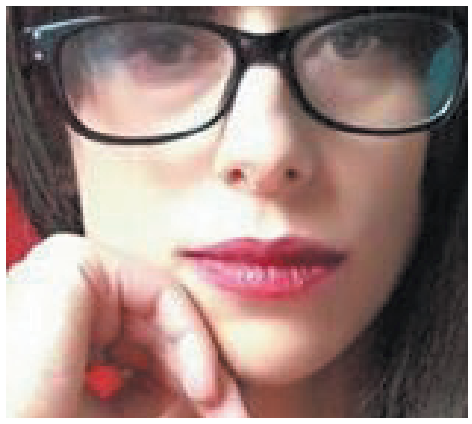
Reklama

Osiedle Mazurskie
w Zielonej Górze



✆ 695 405 680 ✆ 500 592 811

Zło podnieca najbardziej



Każdy człowiek (zdrowy psychicznie) intuicyjnie wie, co jest dobre a co złe. Wie, że nie można kraść, kłamać i w chwili uniesienia pójść z żonatym sąsiadem do łóżka. Jednak co innego teoria a co innego życie. Dobro i zło nie jest zero – jedynkowe. Granica między jednym a drugim jest płynna. Na tyle płynna, że czasami najpierw trzeba zrobić coś złego aby w efekcie wyszło z tego coś dobrego, albo odwrotnie. Nie bez przyczyny mówi się, że dobrymi chęciami piekło jest wybrukowane.

Najnowsze badania przeprowadzone przez profesora Paula Blooma z uniwersytetu w Yale potwierdzają, że ludzie od samego początku życia wiedzą, co jest moralnie dobre, a co złe. W jego eksperymencie udział wzięły 6-cio miesięczne dzieci, którym pokazywano m.in. marionetki zachowujące się dobrze i źle. Okazało się, że dzieci wiedziały, które marionetki zachowywały się źle, żywo na nie reagowały i chciały wymierzać im karę. Swoje wyniki opisał w książce „Just Babies: The Origins of Good and Evil „/ „To tylko dzieci: Narodziny dobra i zła". Skoro więc dzieci wiedzą co jest dobre a co złe, to dlaczego dorośli mają z tym problem?

Zło bywa dobrem?

Zło jest atrakcyjne, pociągające, ze zła czerpiemy korzyść. Uczymy się tego przez całe życie. W szkole ściągamy, żeby dostać piątkę, bo jak dostaniemy dobrą ocenę to rodzice będą zadowoleni i może dadzą wyższe kieszonkowe. W pracy zwalamy winę na kolegów, żeby szef nie pojechał nam „po premii" itp. Jednak mimo to wiemy co jest dobre, a co złe...przynajmniej tak nam się wydaje. Weźmy chociażby piąte przykazanie „Nie zabijaj". Jeśli miałbyś ocalić całą wioskę przed rzezią zabijając tylko jedną osobę, co byś zrobił? Umył ręce jak Piłat? Czy zaniechanie byłoby moralnie bardziej słuszne w tej sytuacji niż zabójstwo? Albo takie kłamstwo. Mówi się nie kłam bo będziesz miał nos jak Pinokio.

A teraz wyobraź sobie, że jest rok 1943 a Twoja rodzina ukrywa Żydów w piwnicy. Nagle przychodzi niemiecki żołnierz i pyta, czy w Twoim domu są Żydzi. Powiesz prawdę czy skłamiesz? Ale przecież według wszelkich prawideł kłamstwo jest złe... A aktualny obecnie problem aborcji? Co zrobiłabyś wiedząc, że masz urodzić chore dziecko, potwornie zdeformowane, które przez całe swoje życie będzie niewyobrażalnie cierpieć, a ty razem z nim. Urodziłabyś, czy zdecydowała się nie dopuścić do tego cierpienia już w okresie płodowym?

Przykazania dobrego zachowania

Aby pomóc chrześcijanom rozróżnić dobro od zła Mojżesz stworzył Dziesięć Przykazań Bożych, buddyści mają pięć wskazań moralnych Pańcasīla, muzułmanie Koran a żydzi Torę. Czy da się jednak zdefiniować dobro i zło i wstawić w określone ramy?

Być może wielu etyków mnie w tym momencie zlinczuje, jednak wydaje mi się, że dobro i zło jest kwestią relatywną, a jedynym instrumentem, który może nam pomóc w ich rozpoznaniu jest zdrowy rozsądek. I tego Państwu i sobie z okazji zbliżających się świąt Bożego Narodzenia bardzo serdecznie życzę.

** Agata Muchowska - absolwentka filozofii na Uniwersytecie Zielonogórskim, posiadaczka publikacji naukowych m.in. w periodyku „Peculiarity of Man", dziennikarka oraz publicystka, zwolenniczka relatywizmu moralnego*

Skąd wziąć pieniądze na prezent?

Czas świąt to przyjemny czas, chociaż często mocno nadszarpuje budżet rodzinny. Bo przecież trzeba na święta suto zastawić stół i wysupłać chociaż parę groszy na drobny upominek. Skąd na to wszystko brać pieniądze? Najlepszym sposobem jest odkładanie chociaż najmniejszych sum co miesiąc z myślą o tym, że pod koniec roku zawsze szykują się większe wydatki. Czasem warto dodatkową premię schować na czarną godzinę. Możemy też prezenty świąteczne kupować dużo wcześniej i gromadzić je gdzieś w zakamarkach szafy.

Jeśli nie masz nic odłożonego...

Ale jeśli nie pomyśleliśmy o świątecznych wydatkach wcześniej jest jeszcze kilka innych sposobów. Jeśli mamy w domu jakieś stare rzeczy można je zanieść do antykwariatu. Być może część z dawno nieużywanych przedmiotów może mieć wartość historyczną, estetyczną i może uda nam się je sprzedać je za rozsądną cenę.

Pożyczkę spłacisz w małych ratach

Innymi sposobem jest wzięcie pożyczki, które w okresie świątecznym często są korzystnie oprocentowane. A banki i centra kredytowe dodatkowo oferują, że spłata pierwszych rat będzie odłożona o kilka miesięcy. Niekiedy wśród kredytobiorców są losowane dodatkowo atrakcyjne nagrody. I tak np. za kredyt wysokości 1000 złotych możemy w niektórych bankach zapłacić miesięczną ratę zaledwie 30 zł. Co więcej, potrzebne środki z powodzeniem mogą otrzymać także osoby bez stałego dochodu. Warto jednak przyjrzeć się dokładnie każdej ofercie, bo rozbieżności w propozycjach mogą być spore. A dzięki właściwemu wyborowi możemy zaoszczędzić sporo pieniędzy i bez zbędnego stresu przeżyć spokojne święta nie martwiąc się o brak gotówki w portfelu na konieczne wydatki.

Reklama

KREDYTY
bankowe&pozabankowe
wysokie kwoty
na oświadczenie
bez BIK
68 3280800
uproszczone procedury
CENTRUM KREDYTOWE
ul. Jedności 23,
Zielona Góra
KREDYTY

Reklama

TYLKO U NAS ATRAKCYJNE KREDYTY
wielu banków oraz sprawdzonych i zaufanych firm pożyczkowych

PRZYJDŹ LUB ZADZWOŃ, a na pewno się nie zawiedziesz!

FINES Operator Bankowy
ZIELONA GÓRA
ul. Kupiecka 32 lok. 4
Tel. 511 680 975, 511 664 339

Fines operator bankowy

Zapraszamy :)

Fines S.A. z siedzibą w Sopocie (81-842), ul. Józefa Wybickiego 13C, wpisana do Krajowego Rejestru Sądowego prowadzonego przez Sąd Rejonowy Gdańsk-Północ pod numerem KRS 0000416708, NIP 585-141-25-21, o kapitale zakładowym w wysokości 500.000 zł, opłaconym w pełni, działa poprzez swoich Autoryzowanych Partnerów jako pośrednik kredytowy banków: Alior Bank SA, Bank Pocztowy SA, Getin Noble Bank SA, Nest Bank S.A., Plus Bank SA, TF Bank AB, Ferratum Bank p.l.c, BZ WBK SA, Deutsche Bank Polska SA, Raiffeisen Bank Polska SA oraz firm pożyczkowych: Aasa Polska SA, Axcess Financial Poland Sp. z o.o., SMS Kredyt Sp. z o.o., InCredit Sp. z o.o., NetCredit Sp. z o.o., IPF Polska Sp. z o.o., Regita Sp. z o.o., Vivus Finance Sp. z o.o., Zaplo Sp. z o.o., TAKTO Finanse Sp. z o.o., Optima Sp z o.o., Fundusz Mikro Sp. z o.o., Iwoca Poland Sp. z o.o. oraz Pragma Faktoring S.A.W zakresie umów ze współpracującymi bankami i firmami pożyczkowymi Fines S.A. jest umocowany do: przedstawiania oferty kredytowej/pożyczkowej; przetwarzania danych, informacji i dokumentów dotyczących osób ubiegających się o kredyt/pożyczkę oraz przekazywania im informacji i dokumentów kredytowych; (w niektórych przypadkach) podpisywania umów kredytu/pożyczki i/lub wypłaty kwoty kredytu/pożyczki na podstawie otrzymanych pełnomocnictw; wyjaśniania przyczyn braku spłaty kredytu/pożyczki. Stan na dzień 14.11.2016 r.

A na prezent „rzecz do kochania”

Przy ul. Reja 7 powstał sklep z pracownią, gdzie tworzone są „rzeczy do kochania”. Bo tak z pewnością można o nich powiedzieć. Witają już zza szyby, ciepłe, kolorowe, uśmiechnięte sowy, krowy, króliki…istny zwierzyniec. A do tego milutkie kocyki, mięciutkie poduszeczki, piękne laleczki. Chce się tu zostać i poprzytulać! A wszystko to, to pomysły pani Agnieszki.

Od pomysłu, do wykonania

– To autorskie projekty. Powstają metodą prób i błędów. Szyte są w Zielonej Górze, tu na miejscu, z polskich tkanin i co ważne bezpiecznych. Wiele materiałów kupuję lokalnie u nas w mieście. Nie są toksyczne, jak to jest w przypadku wielu zabawek sprowadzanych z Chin. Wypełnienie jest też antyalergiczne – wprowadza nas w temat pani Agnieszka.

A zaczęło się od pojawienia się na świecie córki. - Jak zaczęłam czytać o tym, z czego są zrobione rzeczy nawet znanych i bardzo drogich firm, to złapałam się za głowę - mówiła. A że potrzeba jest matką wynalazków, postanowiła sprawy wziąć w swoje ręce. – Stąd też dobieram materiały, które mogą być przez dzieci mięto szone, nadgryzane, ciumkane etc. Nie ma u mnie np. zabawek szeleszczących, bo nie znalazłam takiej folii, która byłaby folią spożywczą i wystarczająco szeleściła. Ale za to są piszczące i grzechoczące – wyjaśnia i pokazuje jedną z nich, kolorową, obszytą zestawem różnorodnych metek. Są też książeczki i karty kontrastowe dla najmłodszych. – Także są drukowane lokalnie, są bezpieczne, a tusz jest pochodzenia naturalnego i nadaje się do spożycia, dzięki czemu najmłodsze dzieci, które częściej książeczki obgryzają, niż czytają, czy oglądają, mogą spokojnie oddać się zabawie – tłumaczy. Są tu też lalki, które można przebierać, drewniane wózki, łóżeczka i inne zabawki drewniane, które także są produkowane w Zielonej Górze.

Zaprojektuj pluszaka

Ale materiał, to nie wszystko. Liczy się pomysł, a tu realizowane są najbardziej wymyśle, bo nawet te, wymyślone przez same dzieci. – Często przychodzą do nas klienci z rysunkami swoich maluchów. Uważnie oglądamy, rozmawiamy i na tej podstawie szyjemy maskotkę – wyjaśnia. Bardzo dużą uwagę przywiązuje do tego z czego zrobione są zabawki.

Poza zabawkami szyte są tu także między innymi poduszeczki, kocyki, kołderki. – Jeśli rodzice, czy dzieci, mają pomysł na pokój z określonym motywem, np. szary w gwiazdki, to my wykonamy pościele, firanki i wiele innych dekoracji. Wszystko możemy zrobić, żeby było w wybrane wzory – informuje. I zachęca do skorzystania z przygotowanych na grudzień rabatów. - Przy zakupie tipi podłoga do tipi 20 procent taniej. A przy zakupie wózeczka, albo łóżka drewnianego lalka, lub królik 20 procent taniej. Zapraszam – mówi.

Co najczęściej kupujemy na święta?

Według badań Agencji PBS i TNS Polska Polacy wydają na prezenty świąteczne średnio ponad 300 zł.

Wśród najczęściej kupowanych prezentów znajdują się kosmetyki. Statystyki pokazują, że na ich zakup decyduje się 48 procent osób. Nieco mniej, bo ok. 30 procent, decyduje się na zakup ubrań. Jest to prezent praktyczny, ale niestety nie zawsze trafiony. – Problem często jest z rozmiarem, doborem kroju itp. Oczywiście jest możliwość oddania podarowanej rzeczy, ale za okazaniem paragonu. Nie każdy obdarowujący jednak na taki gest się zdecyduje. Dlatego dobrym wyborem jest kupno karty podarunkowej – zasugerowała nam pani Ania z jednego z zielonogórskich sklepów odzieżowych. Pod choinką często znajdujemy też książki. Mimo, że statystyki pokazują, że tylko nieliczni sięgają po literaturę, to wielu z nas (bo ponad 20 procent) takim prezentem obdarowuje.

A co dla dziecka? – Wybór często pada na klocki, zabawki edukacyjne, dla chłopców oczywiście samochody, a dziewczynek lalki – poinformowano nas w jednym ze sklepów z zabawkami. Często są wybierane także puzzle i maskotki, a dla niemowląt ubranka. Starsze dzieci pod choinką znajdują także gry, tablety, czy telefony…

Zaś zgodnie z zestawieniem Google najpopularniejszą zabawką w 2015 roku była Lalka „American Girl”, na drugim zaś My Little Pony, a na trzecim bohaterowie z bajki Psi Patrol. Często wyszukiwane były zestawy Lego Friend. W pierwszej dziesiątce znalazły się też zabawki Nerf i domek dla lalek Barbi.

Wśród popularnych prezentów nie trudno o takie gadżety jak kubek, zapalniczka, czy skarpety.

Dla pań często wybieramy perfumy i biżuterie. Dobrym pomysłem są także zabiegi kosmetyczne, z których każda kobieta chętnie skorzysta.

Panowie najczęściej obdarowywani są kosmetykami. Pod choinką znajdują wody kolońskie, kremy do golenia, perfumy. Dobrym pomysłem jest też maszynka dobra maszynka do golenia. Ciekawym prezentem jest też bilet na koncert, albo dobra płyta.

(red.)

Reklama

Reklama

SKLEP-KSIĘGARNIA

S VA

Zaprasza

* Nietuzinkowe książki dla dzieci
* Kreatywne zabawki
* Rzeczy piękne, oryginalne i niebanalne
* Warsztaty czytelniczo-twórcze
* Zawsze wspaniała atmosfera

Aktualności dotyczące zajęć oraz nowości na:
Facebook/soova
Instagram/soova.zg
oraz w sklepie

Wyszyńskiego 40A/19 (za Efes Kebab Factory)
Zielona Góra
Tel. 534 635 400
E-mail soova.zg@gmail.com