Tymoszyńska ATELIER

Pielęgnacja włosów zimą str. 8

ZAMIESZCZAJ DARMOWE OGŁOSZENIA NA www.zyciebialskie.pl

EWA GOTUJE

Schab wędzony na herbacie str. 8

BEZPŁATNY TYGODNIK LOKALNY

Życie Białskie

INFORMACJE-REKLAMA

BIAŁA PODLASKA, JANÓW PODLASKI, LEŚNA PODLASKA, ŁOMAZY, MIĘDZYRZEC PODLASKI, WISZNICE, TERESPOL

Nr 2 (145) 12 - 18.01.2016 r.

www. zyciebialskie.pl, www.facebook.com/zycie.bialskie

Bialscy Seniorzy

Od września do połowy grudnia 2015 r. Bialskie Centrum Kultury wraz z partnerami realizowało projekt pn. Aktywna Jesień Bialskich Seniorów. Celem było zwiększenie aktywności osób starszych poprzez uczestnictwo w ofercie miejscowych instytucji kultury oraz zachęcenie do aktywnych form spędzania czasu wolnego.

dokończenie na str. 3

Karnawał z Chopinem

Bialskopodlaskie Stowarzyszenie Jazzowe zaprasza na Karnawałowy Koncert Chopinowski, który odbędzie się w niedzielę 24 stycznia o godz. 16 w auli AWF przy ul. Akademickiej 2 w Białej Podlaskiej.
Wystąpi Michał Szymanowski – laureat wielu ogólnopolskich i międzynarodowych konkursów pianistycznych, uczestnik XVII Międzynarodowego Konkursu Chopinowskiego 2015 w Warszawie. Bilety w cenie 50 zł już są dostępne w przedsprzedaży w restauracji „Verona"; ul. Janowska 4/8 w godz. 12–20, tel. 83 344 20 20. /u/

dokończenie na str. 2

www.mecenas24.eu
porady prawne online
Kancelaria Prawna Dariusz Daczkowski
ul. Brzeska 41 pokój 201, 510 490 821

edWood
www.edwood.pl
ZATRUDNI
mechaników
(branża drzewna)
CV proszę przesyłać na adres:
sekretariat@edwood.pl
lub: EDWOOD, 21-500 Biała Podlaska,
ul. Łomaska 86 tel. 601 32 60 70

W poniedziałek rano na koncie Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy były ponad 44 mln zł. Szef Orkiestry Jerzy Owsiak odgryzał się hejterom, że ich destrukcyjna, zła propaganda wobec tego przedsięwzięcia dała efekt odwrotny. Polacy znów, po raz 24., wsparli Orkiestrę, a tak naprawdę godną ideę.
Do akcji, jak co roku przyłączyła się Biała Podlaska. Jak informuje portal bialapodlaska.pl z miasta nad Krzną na konto Orkiestry przelano ok 120 tys. zł. To wynik z popołudnia w dzień po przedsięwzięciu. Ostatecznie wynik może być wyższy. W samej Białej pieniądze do puszek zbierało 438 osób. Byli wśród seniorzy, dla nich bowiem w znacznej części przeznaczona zostanie tegoroczna zbiórka.

dokończenie na str. 4

reklama

W Lublinie dla dobra powiatu

Starosta bialski Tadeusz Łazowski spotkał się z marszałkiem województwa lubelskiego Sławomirem Sosnowskim. Rozmawiali o problemach rozwoju powiatu bialskiego. Sprzyjać temu mogą np. dalsze starania w odtworzeniu szlaku wodnego

E40 na odcinku Dniepr-Wisła, czy też realizacja projektu „Jedwabny szlak" z wykorzystaniem portu przeładunkowego w Małaszewiczach. Była też mowa o Wschodnim Szlaku Rowerowym Green Velo, przebiegającym przez teren powiatu. /u/

FUNDACJA Temida
ul. Brzeska 32
21-500 Biała Podlaska
tel. 517 596 327
pon.-pt. 8.00 - 16.00 sobota 8.00 - 13.00

ZAKRES USŁUG:
- prawo cywilne (spadki)
- prawo rodzinne (rozwody, alimenty)
- prawo karne
- prawo administracyjne
- prawo pracy
- renty i emerytury
- odszkodowania

FORMY POMOCY PRAWNEJ:
- porady prawne
- pisma procesowe
- obsługa prawna firm
- reprezentowanie przed sądem

I i II SOBOTA MIESIĄCA DARMOWE PORADY PRAWNE

Życie Bialskie

Wydawca: „MARGRAF"
Adres Redakcji:
21-500 Biała Podlaska, ul. Warszawska 13,
e-mail: redakcja@zyciebialskie.info

Redaktor naczelny: Marek Krekora, 504 295 795

Ogłoszenia drobne i reklamy:
tel. 690 354 620, ogloszenia@zyciebialskie.info

Redakcja nie zwraca nadesłanych tekstów i zastrzega sobie prawo dokonywania skrótów oraz adiustacji.
Za treść reklam i ogłoszeń redakcja nie odpowiada.

Skład i przygotowanie do druku: Centrum Druku i Reklamy OPENPRESS S.C. - biuro@openpress.pl

Druk: Media Regionalne Sp. z o.o. w Warszawie, oddział w Kielcach – Drukarnia w Tarnobrzegu, ul. Mechaniczna 12.

Karnawał z Chopinem

patronat medialny Życie Bialskie

Michał Karol Szymanowski

Jeden z najbardziej obiecujących polskich pianistów młodego pokolenia. Urodził się w 1988 roku w Bydgoszczy w rodzinie z tradycjami muzycznymi. Ukończył z wyróżnieniem Akademię Muzyczną im. Feliksa Nowowiejskiego w Bydgoszczy w klasie fortepianu Katarzyny Popowej-Zydroń oraz dyrygenturę symfoniczno-operową w klasie Zygmunta Rycherta. Obecnie kontynuuje studia pianistyczne w ramach studiów doktoranckich oraz pełni funkcję asystenta na macierzystej uczelni. Doskonali swoje umiejętności także w berlińskiej Hochschule für Musik Hanns Eisler, w klasie fortepianu Eldara Nebolsina.

Znalazł się w gronie laureatów 16 ogólnopolskich i 7 międzynarodowych konkursów pianistycznych, otrzymując m. in. 2. nagrodę w Asia-Pacific International Fryderyk Chopin Piano Competition w Daegu w Korei (2015), 2. nagrodę w Międzynarodowym Konkursie Muzycznym im. Juliusza Zarębskiego w Warszawie (2012), 3. nagrodę w Międzynarodowym Konkursie Pianistycznym im. Ignacego Jana Paderewskiego w Bydgoszczy (2010), 5. nagrodę w Międzynarodowym Konkursie Pamięci Vladimira Horowitza w Kijowie (2007), czy 2. i 5. nagrodę w Ogólnopolskim Konkursie Pianistycznym im. Fryderyka Chopina w Warszawie (2008, 2015). W 2011 roku zwyciężył w konkursie o stypendium Yamaha Music Foundation of Europe.

Występował w Polsce, Europie (m. in. w Niemczech, Włoszech, Hiszpanii, Francji, Belgii, Szwajcarii), Azji (w Japonii, Korei) oraz za oceanem (w USA, Brazylii, Argentynie czy Wenezueli). Koncertował w Pałacu Narodów ONZ w Genewie, w Auli Pawła VI w Watykanie (koncert dla Benedykta XVI), w Belwederze dla prezydenta Bronisława Komorowskiego oraz w wielu filharmoniach na całym świecie. Gościł na festiwalach w Polsce i za granicą, w tym na Oficina de MÓsica w Kurytybie, Chopiniana w Buenos Aires, Festival Europeo de Solistas w Caracas, Festival Pianistico w Rzymie, Long Lake Festival w Lugano i Festiwalu „Chopin i Jego Europa", podczas którego wystąpił w Filharmonii Narodowej w Warszawie na jednym koncercie z Marthą Argerich.

Współpracował ze znakomitymi dyrygentami, takimi jak Alfredo Rugeles, Medardo Caisabanda, Jacek Kaspszyk, Antoni Wit czy Marek Pijarowski, grając z towarzyszeniem m.in. Teresa Carreño Youth Orchestra of Venezuela, Orkiestry Symfonicznej Teatru Narodowego w Brasilii, Orkiestry Filharmonii Narodowej w Warszawie, Orkiestry Filharmonii Krakowskiej, Orkiestry Symfonicznej Filharmonii Wrocławskiej, Polskiej Orkiestry Radiowej, Polskiej Orkiestry Sinfonia Iuventus oraz Capelli Bydgostiensis.

Oprócz repertuaru solowego Michał Szymanowski często wykonuje również muzykę kameralną, koncertując z Kwartetem Śląskim, Erzhanem Kulibaevem, Benedictem Kloecknerem, Anną Marią Staśkiewicz, Marią Machowską i innymi artystami. W 2011 roku ukazał się debiutancki album artysty – Michał Szymanowski Piano Recital (CD Accord) – z utworami Fryderyka Chopina, Ignacego Jana Paderewskiego i Karola Szymanowskiego. Został wysoko oceniony przez krytykę; w jednej z recenzji napisano: „Niepospolity talent, po którym można wiele oczekiwać".

JaMi

Bialscy Seniorzy

dokończenie ze str. 1

To była Aktywna Jesień...

Zorganizowano kilka bezpłatnych wyjazdów na wydarzenia artystyczne, niedostępne w Białej Podlaskiej. Dwieście osób w sumie było np. w Teatrze Wielkim w Warszawie na „Don Kichocie" czy w Operze Filharmonii Podlaskiej w Białymstoku na „Carmen".

Seniorzy uczestniczyli w różnorodnych warsztatach tematycznych prowadzonych przez instruktorów BCK. Były to np. zajęcia z zakresu malarstwa, rysunku, fotografii, śpiewu, obsługi komputera, profesjonalnego makijażu, kreowania własnego wizerunku, doradztwa w zakresie doboru stroju do określonej sylwetki, analizy kolorystycznej.

Największą popularnością cieszyły się zajęcia taneczne. Seniorzy zdobywali również wiedzę z zakresu porad prawnych, zawieranych umów, zachowań w sytuacjach ekstremalnych, skutecznej komunikacji w sytuacjach zagrożenia.

- Naszym zamierzeniem było wykorzystanie ogromnego potencjału seniorów, zebranie ich pomysłów dotyczących aktywności we wszelkiego rodzaju aspektach życia kulturalnego i społecznego. Mieliśmy okazję rozmawiać o stworzeniu oferty kulturalnej skierowanej bezpośrednio do tej grupy społecznej. Wszystkie uwagi zgłoszone w ankietach, które były podsumowaniem projektu, przyczynią się do opracowania takich propozycji w przyszłości – powiedział nam Zbigniew Kapela, p.o. dyrektora Bialskiego Centrum Kultury.

Realizacja projektu kosztowała 30 600 zł. W tej kwocie znalazło się dofinansowanie z Ministerstwa Kultury i Dziedzictwa Narodowego w wys. 27 000 zł w ramach programu „Kultura Dostępna".

Partnerami BCK były: Akademia Wychowania Fizycznego – filia w Białej Podlaskiej, Państwowa Szkoła Wyższa im. Papieża Jana Pawła II, bialski oddział Polskiego Związku Emerytów i Rencistów, Miejska Biblioteka Publiczna w Białej Podlaskiej. /u/

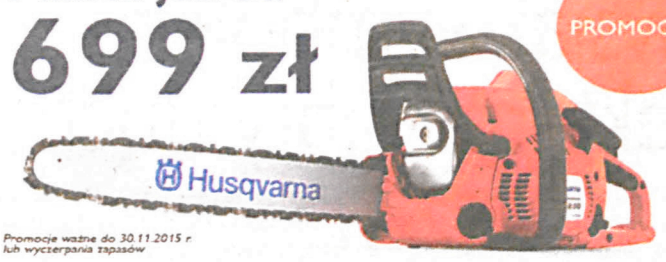
PARTNERZY: Polski Związek Emerytów, Rencistów i Inwalidów O/Biała Podlaska

Dofinansowano ze środków Ministra Kultury i Dziedzictwa Narodowego

r e k l a m a

Pilarki już od 699 zł

PROMOCJA



Promocje ważne do 30.11.2015 r lub wyczerpania zapasów

AUTORYZOWANY DILER ORAZ SERWIS
BIAŁA PODLASKA | ul. Lubelska 16 | tel.: 83/ 343 19 59
BIAŁA PODLASKA | ul. Sidorska 2 | kom.: 502 339 852
MIĘDZYRZEC PODL. | ul. Lubelska 41 | tel.: 83/ 371 29 88

Husqvarna

Powiat Bialski ma logo

Podczas gali noworocznej „Dobre, bo Bialskie!", korzystając z obecności licznych gości kierownictwo Powiatu Bialskiego zaprezentowało logo, które obok herbu, stało się od tego symbolem powiatu.

Logo wyłonione zostało w konkursie ogłoszonym przez starostę Tadeusza Łazowskiego. Zgłosiło się 31 uczestników, którzy nadesłali łącznie 71 projektów. Wyboru dokonała 5-osobowa komisja. Twórcą zwycięskiego symbolu jest lubelska firma VIP Agencja Reklamy.

Powiat Bialski

Logo Powiatu Bialskiego składa się z prostych form geometrycznych, co budzi pozytywne skojarzenia estetyczne i umożliwia jego łatwe zapamiętanie. Podłużna forma logo jest charakterystycznym pionowym filarem, który ma wskazywać na ciągły rozwój powiatu.

Rzeka Bug w logo została ukazana w charakterystyczny sposób – proste i ostre krawędzie nadają logo energii i dynamiki, a także nawiązują do pierwszych liter Powiatu Bialskiego (P,B). Rzeka jest symbolem przełamywania granic terytorialnych jak i kulturalnych pomiędzy Polską a Białorusią – Europą Zachodnią i Europą Wschodnią.

Kolorystyka w logo składa się z koloru zielonego i niebieskiego. Kolor zielony ma na celu zwrócenie uwagi odbiorcy na występujące na obszarze Powiatu Bialskiego bogactwo środowiska naturalnego. Staje się zaproszeniem do miejsca, gdzie można odnaleźć równowagę i harmonię. Kolor niebieski natomiast symbolizuje spokój i ład. Font użyty w logo jest prosty i czytelny, dzięki temu stanowi idealne dopełnienie logo i staje się integralną częścią całości. /u/

Źródło: Radiobiper.info

r e k l a m a

ŚWIĘTUJEMY CAŁY ROK 2016

dokończenie ze str. 1

Owsiak symbolem, efektem dobry duch

patronat medialny Życie Bialskie

Z efektów działalności Orkiestry obficie korzysta bialski szpital. W historii akcji otrzymał niemal 4 mln zł. Biała Podlaska przyłączyła się do Orkiestry nie tylko dzięki wsparciu wolontariuszy. Świętowanie trwało również na Placu Wolności, gdzie odbyły się także licytacje, z których pozyskano 5 tys. zł. Symboliczne koncertowanie zakończył występ Chłopców z Wrzosa – zespołu wokalnego złożonego z seniorów, na co dzień działającego w Klubie Kultury Piast. Nie zabrakło także światełka do nieba, czyli fajerwerków, które rozświetliły niebo na zakończenie akcji.

Dodatkowy bialski akcent towarzyszył telewizyjnej licytacji na żywo pierwszego złotego serduszka, które tradycyjnie wieńczyło cały dzień świątecznej akcji. Do zaciętej rywalizacji stanęli m.in. bracia Haidar, synowie ordynatora oddziału neonatologii bialskiego szpitala. Ostatecznie zajęli drugie miejsce z imponującą kwotą 655 999 tys. zł. /u/

PRAWO DLA LUDZI

Edukacja prawna pomoże

Ministerstwo Sprawiedliwości od kilku lat realizuje program edukacji prawnej w szkołach ponadgimnazjalnych. Zrealizowane spotkania edukacyjne, będące elementem realizowanego przez Ministerstwo Sprawiedliwości projektu „Ułatwianie Dostępu do Wymiaru Sprawiedliwości", zostały wysoko ocenione przez ich uczestników. Aż 90,41 proc. uczniów i 78 proc. studentów uznało, że dzięki zajęciom pogłębili wiedzę na temat funkcjonowania wymiaru sprawiedliwości. Ministerstwo Sprawiedliwości, zachęcone sukcesem projektu, kontynuuje ideę lekcji prawa. Wspólnie z Krajową Izbą Radców Prawnych lekcje realizowane są pod hasłem „Świadomy swoich praw obywatel".

Podczas spotkań z uczniami dotychczas rozmawiano o prawach ofiar przestępstw, zapobieganiu i zwalczaniu przemocy wobec dzieci i młodzieży, bezpieczeństwie w Internecie, obowiązkach świadka w sądzie oraz o organizacji i funkcjonowaniu wymiaru sprawiedliwości.

Ciekawa dla uczniów okazała się symulacja rozprawy sądowej w sprawie karnej dotyczącej przestępstwa rozboju, podczas której młodzież wcielała się w role prokuratorów, sędziów, adwokatów i policjantów. Dzięki symulacji młodzież otrzymała wiedzę w pigułce nt. praw i obowiązków świadków oraz pokrzywdzonych.

Celem projektu jest uświadomienie młodzieży szkolnej i studentów w zakresie funkcjonowania wymiaru sprawiedliwości i przekonanie, iż zapobiega to wykluczeniu prawnemu w dorosłym życiu oraz uczy świadomości prawnej.

Poza tym edukacja prawna młodzieży może być skutecznym działaniem profilaktycznym. W młodości łatwiej jest wyrobić poczucie odpowiedzialności obywatelskiej oraz tak ukierunkować wybory młodego człowieka, by były one zgodne z prawem. Po trzecie wreszcie, metody aktywizujące w czasie zajęć edukacyjnych mogą prowadzić do wzmocnienia siły przekazywanej wiedzy.

Pod numerem telefonu (22) 23-90-649 udzielane są szczegółowe informacje nt. programu edukacji prawnej.

Źródło: ms.gov.pl

Natalia najwięcej

Oto ostatnia z poniedziałku informacja nadesłana przez Dariusza Chorążego, jednego z koordynatorów akcji w Białej Podlaskiej. Jak przypomina: - Na ulice wyruszyło 420 wolontariuszy z Białej Podlaskiej, a także szkół Powiatu Bialskiego: Rokitno, Konstantynów, Chotyłów, Swory, Cicibór, Leśna Podlaska, Kodeń, Piszczac, Zalesie, Sitnik. Obecnie w Banku PKO S.A zarejestrowano kwotę 113 tysięcy złotych. Najmłodszy wolontariusz to Hania Jańczuk, 4 lata (237,80 zł). Najstarszy Kazimierz Jankowski, 75 lat (1163,06 zł). Najwięcej zebrała Karolina Adamiak (1848,01 zł)

O 17-tej (mowa oczywiście o niedzieli 10 stycznia) rozpoczęliśmy koncert na Placu Wolności. Duża scena bogate, oświetlenie estradowe, a na koniec odbyło się wyczekiwane przez wszystkich „Światełko do Nieba". Oprócz występów wokalnych grup: IMMUNITET, THE PUNITIVE, CHWILKA, BREVIS, CASANDRA wystąpili Seniorzy z zespołu „Chłopcy z Wrzosa" Były też pokazy taneczne w wykonaniu Dominiki Bolarczyk i ActiFit Akademii Fitness. W trakcie imprezy można było kupić gadżety WOŚP, a także zaproszenie na pobyt rodzinny (rodzice + 2 dzieci do lat 12) w pensjonacie „Uroczysko Zaborek" www.zaborek.com.pl oraz weekend w Zajeździe JOLANTA w Czosnówce. Wiceprezydent miasta Michał Litwiniuk zaoferował 2-godzinną lekcję nauki jazdy na nartach łącznie z dowozem i karnetem na stok. Było też wiele upominków przekazanych przez Stację Pogotowia Ratunkowego SPZOZ w Białej Podlaskiej, a także Zakład Karny i Bialskie Cuda. Ze sprzedaży uzyskano w przybliżeniu kwotę 5 tysięcy. Czyli łącznie na razie mamy ponad 118 000 zł. W trakcie imprezy promowaliśmy nasze województwo pod hasłem „LUBELSKIE-SMAKUJ ŻYCIE".

Ale w poniedziałek, na moment przed oddaniem do druku „Życia Bialskiego" dowiadujemy się, że najwięcej zebrała „na chwilę obecną" Natalia Popławska z Gimnazjum nr 6 w Białej Podlaskiej. To kwota 2108,09 zł. /u/

Nadchodzi czas e–zwolnień

- Od początku tego roku zwolnienia lekarskie mogą być wystawiane przez internet. Pierwsze takie elektroniczne zwolnienia już trafiły do chorych i pracodawców – informuje Małgorzata Korba, rzecznik prasowy Oddziału ZUS w Lublinie.

Lekarz, który chce wystawiać elektroniczne zwolnienia, rejestruje się na Platformie Usług Elektronicznych ZUS (PUE). To w tym portalu uzupełnia formularze zwolnień. Również w PUE dokument odbierają pracodawca chorego i Zakład Ubezpieczeń Społecznych. Oznacza to, że pacjent nie musi dostarczać swojego zwolnienia szefowi.

Obowiązek odbierania zwolnień przez internet mają firmy, które rozliczają składki za więcej niż pięć osób. Co z pozostałymi? – Jeśli lekarz wystawi elektroniczne zwolnienie, a pracodawca pacjenta nie ma profilu na PUE, to lekarz będzie musiał wydrukować takie zwolnienie dla ubezpieczonego – wyjaśnia Hanna Perło, dyrektor Departamentu Zasiłków Centrali ZUS. Wydruk trzeba dostarczyć pracodawcy w ciągu siedmiu dni.

Przez dwa lata będą funkcjonowały obok siebie zwolnienia papierowe (na druku ZUS ZLA) i elektroniczne (e-ZLA). Dopiero od 2018 roku lekarze będą zobligowani wystawiać wyłącznie zwolnienia elektroniczne. Szczegółowe informacje na temat e-ZLA można znaleźć na stronie www.zus.pl/ezla. /u/

BiałaPodlaska DlaWas.info

Nowy regionalny Portal Informacyjny.

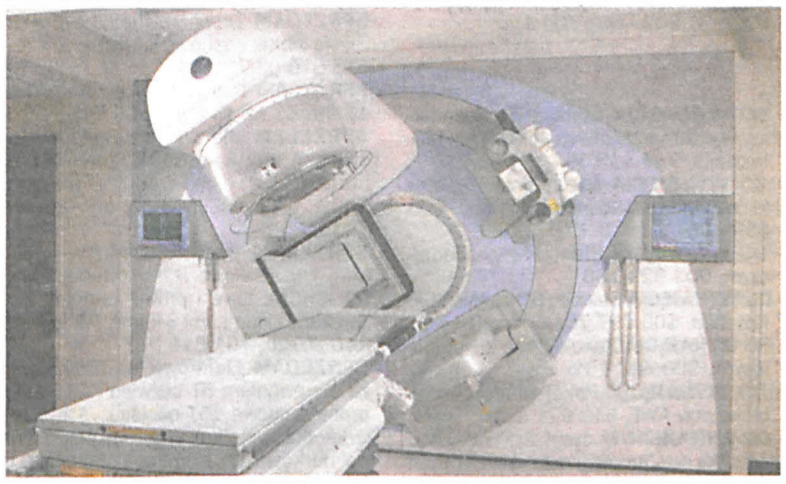
Bieżące wiadomości i wydarzenia, ciekawe informacje z zakresu zdrowia, turystyki,edukacji i biznesu oraz wiele innych.

bialapodlaska.dlawas.info

Akcelerator pomoże w radioterapii

Bialski szpital wzbogacił się o niezwykle cenny sprzęt. Chodzi o akcelerator liniowy wykorzystywany w onkologii. Jest to bardzo dobra wiadomość dla pacjentów z naszego regionu. Dzięki temu możliwa będzie kompleksowa obsługa chorych, począwszy od diagnostyki, po proces leczenia radioterapią.

Sprzęt trafił do bialskiego szpitala dzięki ministerialnemu programowi „Mapy potrzeb zdrowotnych". – Taka lokalizacja sprzętu ma na celu minimalizację średniej drogi pacjenta wymagającego terapii do ośrodków leczenia – wyjaśnia Magdalena Us, rzecznik prasowy bialskiego szpitala.



Akcelerator liniowy to urządzenie wykorzystywane obecnie powszechnie jako źródło promieniowania jonizującego w radioterapii (fotony, elektrony). Radioterapia, jako metoda leczenia miejscowego nowotworów, skupia się głównie na walce z nowotworami złośliwymi. Metoda ta jest stosowana w różnych lokalizacjach guza pierwotnego – w obrębie głowy, klatki piersiowej, jamy brzusznej, kończyn. Może być stosowana również w przypadkach nowotworów łagodnych, zwykle gdy umiejscowienie jest niebezpieczne dla przeprowadzenia zabiegów chirurgicznych lub przy kolejnych miejscowych nawrotach.

Oprócz zwalczania nowotworów, radioterapię wykorzystuje się obecnie również do łagodzenia bólu w zaawansowanych stadiach raka, zmniejszenia krwawienia, likwidowania dokuczliwych objawów neurologicznych spowodowanych znacznym uciskiem na rdzeń kręgowy.

Anna Nowak
bialapodlaska.dlawas.info

Dobroć niespodziewana

Aktualnie Straż Miejska w Białej Podlaskiej pracuje 24 godziny na dobę, 7 dni w tygodniu. Patrol interwencyjny działał także w czasie świąt, a ostatnie mrozy zmusiły do wzmożonych kontroli pustostanów i terenów otwartych – informuje rzecznik prasowy prezydenta miasta Michał Trantau. Osoby bezdomne są przewożone do noclegowni oraz ogrzewalni. Jednak zdarzają się przypadki, gdy ludzie odmawiają kategorycznie jakiejkolwiek pomocy. Jednej z ostatnich nocy patrol trzykrotnie doglądał osobę, która nie dała się zabrać, mimo namowy strażników. Osoby nietrzeźwe są natomiast bezwzględnie zabierane na komendę policji. Niektóre z nich mogą potrzebować także pomocy medycznej. Tylko w ubiegłym tygodniu kilka osób zostało przewiezionych do noclegowni, czy przekazano je pod opiekę rodzinie.

Pomoc strażników okazuje się ponadto bardzo przydatna w sytuacjach nieprzewidzianych. Wielokrotnie już tej zimy strażnicy pomagali pechowym kierowcom. Jedna z takich sytuacji miała miejsce na skrzyżowaniu ulicy Warszawskiej i Artyleryjskiej. – Z małżonką wieźliśmy wnuczka na przystanek autobusowy, kiedy nagle auto po prostu zgasło na środku skrzyżowania. Okazało się, w okolicy znaleźli się strażnicy, którzy zaoferowali swoją pomoc. Najpierw pomogli zepchnąć auto na pobocze, potem odwieźli pięcioletniego wnuczka na przystanek, gdyż nie mój spóźnić się na busa do Warszawy. Po powrocie pomogli w uruchomieniu pojazdu – mówi bialczanin Marian Sadowski. Jak zaznacza: - Nigdy nie spodziewałbym się tyle dobroci z ich strony.

Marek Makaruk i Andrzej Czerwiński, którzy w tym czasie pełnili służbę, przyznają że podobnych sytuacji w ostatnim czasie było sporo, a pomoc strażników okazała się niezbędna. Na pewno jednak tą zapamiętają na bardzo długo. - To był splot wielu problemów, które trzeba było bardzo szybko rozwiązać. Na nas naprawdę można polegać - mówią zgodnie. /u/

Straż miejska apeluje do mieszkańców o sygnalizowanie przypadków osób potrzebujących pomocy czy znajdujących się w pustostanach. Straż miejska posiada wykaz 33 takich miejsc, które są sprawdzane systematycznie.

- W noclegowni dla bezdomnych, funkcjonującej na terenie Białej Podlaskiej jest 20 stałych miejsc z możliwością utworzenia 2-3 dodatkowych, gdyby zaszła taka potrzeba. Ostatnio w okresie nasilonych mrozów przebywało tutaj kilkanaście osób. Dotychczas nie zdarzyło się by w noclegowni zabrakło miejsc noclegowych – poinformowała Renata Jaroszuk, dyrektor bialskiego MOPS.

ZAMIESZCZAJ DARMOWE OGŁOSZENIA NA www.zyciebialskie.pl

STOK NARCIARSKI
DOSKONAŁE WARUNKI DO JAZDY

Wypożyczalnia otwarta:
poniedziałek - piątek
godz. 16:00 - 21:00
sobota - niedziela
godz. 10:00 - 20:00

MOSiR
Międzyrzec Podlaski
ul. Zahajkowska 26

GREEN ZOO
zapraszamy
SKLEP ZOOLOGICZNY
ul. Moniuszki 12
Pon. - Pt 9.00 - 17.00, Sobota 9.00 - 14.00

facebook
KARMY DLA PSÓW KOTÓW I INNYCH PUPILI
ŚRODKI ORAZ AKCESORIA DO PIELĘGNACJI ZWIERZĄT
TRANSPORTERY, LEGOWISKA, KLATKI, ZABAWKI
GRYZONIE, PTAKI EGZOTYCZNE
AKWARYSTYKA

OGŁOSZENIA DROBNE

MOTORYZACJA

- **SPRZEDAM** Simson S51 - 2800 zł, oryginał, 83 343 62 96
- **SPRZEDAM** Polonez Caro Plus 1.6 GSI LPG, 601 624 141
- **SPRZEDAM** Volvo S80 2.4 D5 (2002), 792 239 607
- **SPRZEDAM** Opel Tigra 1.4 (1997), 800 zł, 502 066 019
- **SPRZEDAM** Fiat Ducato 2,8, skrzyniowy, 602 571 846
- **SPRZEDAM** Ford Galaxy (1999), 2.0 benzyna, 450 zł, 797 486 290
- **SPRZEDAM** VW Bus T4, Audi B5 kombi, B3, 602 571 846
- **SPRZEDAM** Skuter Romet 50 cm w całości lub na części (2008) tanio, 515 176 381
- **SPRZEDAM** Audi A3 Sportback 5 drzwi 1,9 TDI do końca serwisowane cena 28900zł OPŁACONY tel 509-130-709
- **SPRZEDAM** VW POLO 1,4 5 drzwi (2002), 11500 zł opłacony, tel 509-130-709
- **SPRZEDAM** VW GOLF IV 1,6 (2003), kombi, 10500 zł OPŁACONY tel 509-130-709
- **SPRZEDAM** VW GOLF V 1,6 (2004), 5 drzwi, 14 900 zł, opłacony, tel 509-130-709
- **SPRZEDAM** VW PASSAT B5 1,9 TDI (2004), kombi, 12900 zł opłacony,tel 509-130-709
- **SPRZEDAM** Fiat GRANDE PUNTO 1,2 (2008) 5 drzwi 14900 zł opłacony, tel 509-130-709
- **SPRZEDAM** Skoda SUPERB 1,9TDI (2002) Cena 12900 zł opłacony, tel 509-130-709
- **SPRZEDAM** Opel ZAFIRA 1,8 (2003) FL 11500zł opłacony, tel 509-130-709
- **SPRZEDAM** Seat TOLEDO 1,6 (2000) 6400zł opłacony, tel 509-130-709
- **SPRZEDAM** Skoda OCTAVIA (2004) kombi 1,9 TDI cena 12900zł opłacony, tel 509-130-709
- **SPRZEDAM** Peugeot BOXER 2,0 HDI (2004) 8900 zł + Vat od faktury opłacony, tel 509-130-709
- **SPRZEDAM** VW Passat kombi (2011/2012) 2,0 TDI bogato wyposażony, ogrzewanie postojowe, przyciemniane szyby, Zarejestrowany, serwisowany w ASO CARSED tel. 509-130-709
- **SPRZEDAM** Opel ASTRA III 1,8 Benzyna + GAZ (2006) 16900 zł Zarejestrowany tel 515-617-898
- **SPRZEDAM** Land Rover Freelander TD4 diesel 2,0 (2001), 503342478, tanio
- **SPRZEDAM** Ford Galaxy (1999) B+G, Srebrny, 4500zł, 797 486 290
- **SPRZEDAM** VW Transporter 2,5 TDi, (1999), 7999 zł, 797 486 290

MOTORYZACJA INNE

- **SPRZEDAM** Pompa wodna z obudową i uszczelką, oryginalna do TOYOTY RAF 2, diesel (2002), wymontowana z anglika, przebieg 58 tys.km, możliwość wysłania, cena 60 zł, 791 919 914
- **SPRZEDAM** Mata elektryczna do grzanego siedzenia oryginał volvo do modelu S60, S80, XC90, V70, sprawna,cena 100 zł, 791 919 914
- **SPRZEDAM** Celder z tłokiem do Simsona S51 oryginał - 200 zł, 83 343 62 96

AUTO-SERVICE DIESEL
POMPY WTRYSKOWE
WTRYSKIWACZE
SILNIKI DIESELA
ROZRZĄDY SILNIKA
UKŁADY COMMON RAIL
DIAGNOSTYKA KOMP. DIESELA
83 344 42 92
509 830 804
Sławacinek Nowy 23A

- **SPRZEDAM** Opony zimowe 15", 13" 50 zł/szt., 509 529 093
- **SPRZEDAM** Alufelgi z oponami 17" do Passata 600 zł/kpl., 509 529 093
- **SPRZEDAM** Opony zimowe na stalowych do Audi 205/65/15 - 400 zł/kpl., 509 529 093
- **SPRZEDAM** Alternator, rozrusznik do osob., 50 zł/szt., 509 529 093
- **SKUP** katalizatorów, 509 529 093
- **SPRZEDAM** Alufelgi na zimówkach Opel 13" - 200 zł, kpl., 509 529 093
- **SPRZEDAM** Alufelgi z oponami 15", BMW, Opel, 300 zł, kpl., 509 529 093
- **SPRZEDAM** Kanister metal 20 L Wp - 30 zł, 602 646 001
- **SPRZEDAM** Tico, Lanos, Matiz, Nexia na części, 602 571 846
- **SPRZEDAM** Pompka nożna z ciśnienimierzem z okresu PRL - 40 zł, 508 348 340
- **SPRZEDAM** Mercedes 123, 124, 208 Bus, częśći rózne, 602 571 846
- **SPRZEDAM** Do Passata B3 diesel alternator - 40 zł, 519 790 913
- **SPRZEDAM** Do Passata B3 1.6 TDI nowy kpl. do rozrządu - 80 zł, 519 790 913
- **SPRZEDAM** Przełącznik benzyna-gaz, 799 514 515
- Auto szrot oferuje auta na czesci WV Golf 2/3, Passat b4/5, Opel, Astra 2, Corsa c, Vectra c, Ford Mondeo MK3, Focus 1, Escort, Renaule Kanggo, Laguna 1. Mercedes 190. Honda Accord. Peugeot 309/405, Fiat Uno, Sienna, Pallio. tel 515 518 801
- **SPRZEDAM** Koła na slufelgach do Opla Vectry i inne 5 otworów 15-tki 195x65 5 kół z zabezpieczeniami p. kradzieży, 690 845 745 512 211 541
- **SPRZEDAM** Renault Megan, Clio, Scenic, Master, różne części. 602571846
- **SPRZEDAM** Audi Combi na części, wyprzedaż. 602571846
- **SPRZEDAM** Alufelgi z oponami 15" BMW-Opel 300zł. 509529093
- **SPRZEDAM** Alternatory i rozruszniki do osob. różne 50zł szt. 509529093
- **SPRZEDAM** Alufelgi na zimowych oponach 13" Opel 200zł. 509529093
- **SPRZEDAM** Opony zimowe na stalowych. Bardzo ładne 205/65/15 400zł. 509529093
- **SPRZEDAM** Opony zimowe 15" i 13" 50zł.szt. 509529093
- **SPRZEDAM** Opony 16.9-34 - 450 zł, 505 817 464

USŁUGI

- Pompy wtryskowe, wtryskiwacze Commonrail, silniki, rozrządy, diagnostyka komp. Biala Podlaska ul. Żurawia 62, 509 278 350, 83 343 68 41
- Pompy wtryskowe, wtryskiwacze, rozrządy, diagnostyka komputerowa. Sławacinek Nowy 23A, 509 830 804, 83 344 42 92
- Rozwody, alimenty, ograniczenie władzy rodzicielskiej, kontakty z dzieckiem, spadki, odwołanie darowizny, przywrócenie do pracy, uzyskanie renty itp, 794 908 472
- Klimatyzacja samochodowa, naprawa, konserwacja, napełnianie układu, odgrzybianie, Biała Podlaska, Żurawia 62, 509 278 350, 83 343 68 41
- Blacharstwo-lakiernictwo, pranie tapicerki, polerowanie, spawanie plastików, konserwacja, ul. Sidorska 252, 603 171 105
- Docieplanie strychów, malowanie, gładź gipsowa, panele- 500 834 016
- Transport,bus przyczepa, kraj - 696 012 145
- Zabawa sylwestrowa w Vegas 240zł PARA - 696 012 145
- Malowanie - gładź, tapetowanie, 798 608 238
- Montaż, składanie, skręcanie mebli, 505 385 950
- Usługi pilarskie, 505 385 950
- Malowanie, gładź 505 113 694
- Szycie, naprawa futer, szycie czapek, kołnierzy, 503 467 965
- Docieplanie strychów, malowanie, panele, gładź gipsowa. 500834016

NIERUCHOMOŚCI

- **DO WYNAJĘCIA** Wolne miejsca do handlu na placu przy Sadowej róg Przechodnia, 506 397 761
- **SPRZEDAM** Mieszkanie 2 pokojowe 39 mkw cena do uzgodnienie, 609 979 289
- **SPRZEDAM** Dom drewniany z ogrodem, budynkiem gospodarczym murowanym, 2 działki budowlane, ogólna pow. 23,69 arów, 601 81 56 65
- **SPRZEDAM** Pilnie mieszkanie, 519 842 907
- **KUPIĘ** Garaż na os. Jagiellońskim, 512 481 844
- **SPRZEDAM** Mieszkanie 120 mkw na oś. Jagiellońskim, 512 481 844
- **SPRZEDAM** Mieszkanie M3 39 mkw, osiedle Centrum, 513 332 201
- **SPRZEDAM** Atrakcyjną działkę budowlaną w Czosnówce, świetna lokalizacja, wszystkie media - skrzynka z prądem na działce. 607 870 346
- **KUPIĘ** oficynę lub nieduży budynek-mieszkanie w białej gotówka od ręki pilne 515518801
- **SPRZEDAM** Oś. GLINKI dom do wykończenia, media w budynku, tanio. 833438574
- **SPRZEDAM** Sprzedam mieszkanie M-3 39 mkw, osiedle Centrum. 513332201
- **SPRZEDAM** Działka 2200 mkw Droga Wojskowa, bardzo atrakcyjna, 501 493 700

LOKALE

- **DO WYNAJĘCIA** Magazyn w Sławacinku przy E30, 602 121 962/ 603 704 153
- **DO WYNAJĘCIA** Lokal w centrum miasta ul. Moniuszki, 602 121 962/ 603 704 153
- **DO WYNAJĘCIA** Lokal w centrum miasta-

AUTO SZROT
skup aut powypadkowych całych, uszkodzonych
LOMBARD mobilny na kółkach
- nowość na podlasiu
- zero formalności
- gotówka od ręki
515 518 801

atrakcyjna cena i lokalizacja, 602 121 962/ 603 704 153

- **DO WYNAJĘCIA** Pomieszczenie przy Urzędzie Celnym na Północnej, 602 121 962/ 603 704 153
- **DO WYNAJĘCIA** Magazyn na kąpielowej, 602 121 962/ 603 704 153
- **DO WYNAJĘCIA** Lokal w centrum miasta-atrakcyjna cena i lokalizacja, 602 121 962/ 603 704 153
- **DO WYNAJĘCIA** Pomieszczenie przy Urzędzie Celnym na Północnej, 602 121 962/ 603 704 153
- **DO WYNAJĘCIA** Magazyn na kąpielowej, 602 121 962/ 603 704 153
- **DO WYNAJĘCIA** Lokal 37 mlw Plac Wolności pod zegarem w podwórzu, 501 532 036
- **DO WYNAJĘCIA** Stancja w gospodarczym dla małżeństwa, pokój, kuchnia, łazienka, 784 523 394
- **DO WYNAJĘCIA** Mieszkanie w bloku 2 poziomowe 100 mkw, internet, 606 652 726
- **DO WYNAJĘCIA** Stancja w gospodarczym, 502 929 233
- **DO WYNAJĘCIA** Stancja, pokój, kuchnia, łazienka, 506 397 761
- **DO WYNAJĘCIA** Stancje różne dla pracujących, 506 397 761
- **DO WYNAJĘCIA** Pokój studentom w bloku przy AWF, 513 921 981
- **DO WYNAJĘCIA** budynek 100 mkw pod wszelką działalność, magazyn. Centrum osiedla Młodych, posesja ogrodznona 1200 mkw w Białej Podlaskiej. 791 510 087
- **DO WYNAJĘCIA** Stancja komfortowo urządzona, umeblowana, z internetem, w centrum Osiedla Młodych.791 510 087
- **DO WYNAJĘCIA** na dłużej umeblowany parter domu 60 mkw z internetem, centrum Osiedla Młodych na działce 1200 mkw. 791 510 087
- **DO WYNAJĘCIA** Pilnie dom, 2 pokoje, kuchnia, łazienka, ogrzewanie gazowe, 505 758 219
- **DO WYNAJĘCIA** Garaż, oś. Jagiellońskie, 602 482 014
- **SZUKAM** Niezależnej spokojnej taniej stancji w okolicach ul. Witoroskiej, 660202355
- **DO WYNAJĘCIA** Pokój, kuchnia, łazienka, umeblowane dostęp do Internetu, dom prywatny osobne wejście. 693290819
- **DO WYNAJĘCIA** M3 Kopernika/Akademicka IIp. Dwupokojowe WC łazienka osobno. 513921981
- **DO WYNAJĘCIA** M3 kawalerka, ul. Kopernika, 606 395 722
- **DO WYNAJĘCIA** Plac 1650 mkw z budynkiem gospodarczym w centrum miasta, 606 395 877
- **DO WYNAJĘCIA** Kawalerka, 83 343 61 30

RÓŻNE

AGD

- **SPRZEDAM** Chłodziarko-zamarżarka Polar stan b.db. - 150 zł, 505 258 385
- **SPRZEDAM** Zamrażarka 3-szufladowa Pingwin, sprawna, 512 481 844
- **SPRZEDAM** Pralka wirnikowa z podgrzewaczem - 230 zł, 880 321 157
- **SPRZEDAM** Lodówko-zamrażarka 4-letnia, srebrna, wysoka 2 mb, 2-agregatowa. Stan bdb., 730 zł, 791 510 087
- **SPRZEDAM** pralka automatyczna polska, starszej generacji, sprawna, 100 zł, 791 919 914
- **SPRZEDAM** Sokowirówka, stan dobry - 80 zł, 83 343 39 12
- **SPRZEDAM** Elektroluks do kawy ze pieniaczem mleka nowy. 300 zł 791 252 184

BUDOWLANE

- **SPRZEDAM** Drzwi łazienkowe 80 i 60 cm - 50 zł, 783 993 441
- **SPRZEDAM** Okna 200x115 nowe 3-szybowe grewniane białe - 210 zł, 603 717 105
- **SPRZEDAM** Drzwi wew. prawe i lewe 2 szt. z klamkami i okuciem, stan dobry, 515 570 015
- **SPRZEDAM** Drzwi wewnętrzne prawe i lewe obite sosnową błazerią 2 szt., 515 570 015
- **SPRZEDAM** Ramy okienne na drzewo 12 szt. 63 na 144 cm, 605 515 200
- **SPRZEDAM** Okna PCV nowe! do naświetleń Fixy 84cmx175 kuloodporne białe 420zł, 83x204cm złoty dąb 360zł, 103x183cm złoty dąb 360zł. 791510087
- **SPRZEDAM** Drzwi wewnętrzne pokojowe i łazienkowe renomowanej firmy POL-SKONE lewe i prawe kompletne z zamkami i klamkami 3-letnie, jak nowe!! 160 zł/szt., 791 510 087
- **SPRZEDAM** Elektrowyciąg suwnicowy ze sterowaniem 5T udźwigu - 2100 zł, prasa śrubowa 15T nacisku - 1250 zł. Szlifierka (polerka) słupowa przyścienna nerkowa do granitu 1650 zł.791 510 087
- **SPRZEDAM** Fabryczna przecinarka(piła) stolarka półautomat, ramię wyjeżdza na 1,5mb mało używana 6700zł, wyrzynarka pionowa 215ozł, grubościówko-wyrównywarka bez silnika 850 zł. 791510087
- **SPRZEDAM** Betoniarka łańcuchowa 400l na kołach pompowanych, z dyszlem do ciągnięcia. 2600 zł. 791 510 087
- **SPRZEDAM** Okna 200x15 nowe drewniane, białe 3-szybowe - 210 zł, 603 171 105
- **SPRZEDAM** 100 m płytki klinkierowej, brązowej, 663 480 055
- **SPRZEDAM** Okna drewniane (nowe)dubeltowe do bud. gospodarcz. obór, piwnic 110x90, 690845745, 512211541
- **SPRZEDAM** Okna 200x115 nowe, drewniane, białe, 3-szybowe 210zł szt. 603171105

MEBLE

- **SPRZEDAM** Biała sofa łazienkowa na wysoki połysk, 2 drzwiowa - 500 zł, 517 518 221
- **SPRZEDAM** Parawan egzotyczny 3 skrzydłowy - 100 zł, 517 518 221
- **SPRZEDAM** Stół do masażu kręgosłupa, habys, składany - 500 zł, 517 518 221
- **SPRZEDAM** Stół do masażu kręgosłupa, habys, składany - 800 zł, 517 518 221
- **SPRZEDAM** Parawan egzotyczny 3 skrzydłowy, ratanowy - 800 zł, 517 518 221
- **SPRZEDAM** Komoda 2-drzwiowa ratanowa - 800 zł, 517 518 221
- **SPRZEDAM** Składany stół do masażu - 250 zł, stan bdb., 517 518 221
- **SPRZEDAM** Jasny stół telewizyjny z

Ogłoszenia ZA DARMO

www.zyciebialskie.pl

Wszystkie ogłoszenia drobne (max. 10 słów) na łamach naszej gazety są bezpłatne.

Ogłoszenie można zamieścić poprzez:

* wypełnienie formularza na stronie:**www.zyciebialskie.pl**
* wypełnienie kuponu drukowanego w gazecie i dostarczenie go do redakcji – **Biała Podlaska ul. Warszawska 13 (I piętro);**
* wysłanie treści mailem: **ogloszenia@zyciebialskie.info**
* podanie treści telefonicznie lub SMS-em: **690 354 620** (cena zgodna z cennikiem operatora)

Wszystkie reklamy i ogłoszenia są przyjmowane do poniedziałku do godz. 11.

KUPNO SPRZEDAŻ KUPNO SPRZEDAŻ KUPNO

BEZPŁATNE ogłoszenia drobne do 10 słów

Życie Bialskie

KATEGORIA OGŁOSZENIA

- ☐ MOTORYZACJA — ☐ SPRZEDAM ☐ KUPIĘ ☐ INNE
- ☐ NIERUCHOMOŚCI — ☐ SPRZEDAM ☐ KUPIĘ ☐ WYNAJMĘ ☐ SZUKAM DO WYNAJĘCIA ☐ ZAMIENIĘ
- ☐ LOKALE — ☐ SPRZEDAM ☐ KUPIĘ ☐ WYNAJMĘ ☐ SZUKAM DO WYNAJĘCIA ☐ ZAMIENIĘ
- ☐ PRACA — ☐ POSZUKUJĘ ☐ ZATRUDNIĘ
- ☐ USŁUGI
- ☐ MEDYCYNA
- ☐ NAUKA
- ☐ ZWIERZĘTA
- ☐ ROLNICZE — ☐ SPRZEDAM ☐ KUPIĘ ☐ INNE
- ☐ BUDOWLANE — ☐ SPRZEDAM ☐ KUPIĘ ☐ INNE
- ☐ AGD I ELEKTRONIKA — ☐ SPRZEDAM ☐ KUPIĘ ☐ INNE
- ☐ ODZIEŻ I OBUWIE — ☐ SPRZEDAM ☐ KUPIĘ ☐ INNE
- ☐ INNE — ☐ SPRZEDAM ☐ KUPIĘ ☐ INNE

TREŚĆ ogłoszenia

kupon nr 2/16

NAJLEPSZE OFERTY TURYSTYCZNE
www.paulina.travel.pl

DANE DO WIADOMOŚCI REDAKCJI

IMIĘ I NAZWISKO _____ DATA I PODPIS

ADRES _____

półką, na kółkach, st. bdb. 60x90 - 60 zł, 513 321 987
- **SPRZEDAM** Kredens pokojowey, trzydrzwiowy z oszkloną nadstawką, 300 zł, 786 206 130
- **SPRZEDAM** Sofa z pojemniikiem na po.ściel, dwie poduszki - 300 zł, 500 021 827, 509 714 728
- **SPRZEDAM** Kanapa rozkładana z pojemnikiem + dwie poduszki, kol. niebieski - 250 zł, 690 988 208
- **SPRZEDAM** Łóżko sypialniane nowe, 180x200 bez materaca, 503 739 869
- **SPRZEDAM** Komoda niwa 100x100 - 200 zł, 503 739 869
- **SPRZEDAM** 2 Szafy - jedna z lustrem + komoda 4 szuflady, stan idealny, 512 481 844
- **SPRZEDAM** Stół owalny, rozkładany, 6 krzeseł tapicerowanych, 2 małe fotele, 512 481 844
- **SPRZEDAM** Zestaw komoda + szafa RTV, średni orzech, stan idealny - 500 zł, 512 481 844
- **SPRZEDAM** Komplet 4 szt krzeseł tzw. boroych z litej sosny, tapicerowanych z oparciem 420zł. Fotele borowe z wikliny tapicerowane, okręcane. 460 zł 791 510 087
- **SPRZEDAM** Sypilania piękna, stary styl kpl. rumuńska, wysiki połysk PRL, 503 825 223
- **SPRZEDAM** Wersalka 200 x 120 zielona, używana, stan bdb., 503 467 965
- **SPRZEDAM** Wersalka brązowa ze szczytami, skrzynia na pościel - 200 zł, 601 735 874
- **SPRZEDAM** Biurko + 2 fotele + krzesło, 300 zł, 511 387 959

ODZIEŻ

- **SPRZEDAM** Suknia ślubna dwu-częściowa rozm. 38, yuł sznurowany, biała. B. ładna, 200 zł, 512 850 923
- **SPRZEDAM** nowe buty do tenisa ziemnego, adidas-barricade nr.46, 280 zł - 609 280 775
- **SPRZEDAM** Kurtka męska firmy ROY w rozm. XL, ocieplana, beżowa, także do marynarki. Wzrost 180-185. 80 zł, tel. 661 899 501
- **SPRZEDAM** Kurtka skórzana damska z podpinką i kapturem roz. 50/164 - 40 zł, 508 438 340
- **SPRZEDAM** Kożuch damski ze skóry ekologicznej rozm., 38/40 - 45 zł, 508 438 340
- **SPRZEDAM** Buty zimowe dziecięce roz. 33, ciepła czapka zimowa, tanio, 662 491 364
- **SPRZEDAM** Elegancki garnitur 3 cz, ciekawy brąz, roz. 50, okazja, 662 491 364
- **SPRZEDAM** Futro z nowek syberyjskich, 724 542 196
- **SPRZEDAM** Kurtka męska firmy ROY w rozm. XL, ocieplana, beżowa, także do marynarki. Wzrost 180-185. 80 zł, 661 899 501
- **SPRZEDAM** kożuch męski naturalny, fabryczny z Kurowa, beżowy,jak nowy 4 razy używany, wzrost 165-170, długość 90 cm, 200 zł, 791 919 914
- **SPRZEDAM** Czapka z lisa nowa, 503 467 965
- **SPRZEDAM** Kurtka z karakuł, nowa, 503 467 065
- **SPRZEDAM** Kołnierz z lisa, 503 467 965
- **SPRZEDAM** Kurtka z nowek, nowa, 503 467 965
- **SPRZEDAM** Garnitury Zamkowa1A, szeroki wybór modeli Biała Podlaska
- **SPRZEDAM** Futro z norek greckie kolor brąz wzorst 175 cm - 1400 zł, 791 252 184

ROLNICZE

- **SPRZEDAM** Krowy mleczne i zbiornik 750 litrów, 693 349 082
- **SPRZEDAM** Rozrzutnik obornika, wóz do ciągnika, 508 096 193
- **SPRZEDAM** Opona do C-360, 14,9-28 - 60 zł, talerze gładkie do talerzówki - 3 szt., 508 096 193
- **SPRZEDAM** Chłodnica do ciągnika C-360, 508 096 195
- **SPRZEDAM** Obornik koński i bydlęcy, 500 201 821
- **SPRZEDAM** Zaczep górny Białoruś 820, 798 514 515
- **SPRZEDAM** Siewnik Poznaniak, brona 9-tka, 798 514 515
- **SPRZEDAM** Pług pięcioskibowy do orki, 798 514 515
- **KUPIĘ** traktorek-traktor do 4 tys zł może być do naprawy najchętniej t-25,330-60,itp.zadzwoń od razu przyjadę, 515 518 801
- **SPRZEDAM** Koła międzyrzędowe lub jako bliśniaki - 1500 zł, zamiana, 505 817 464

ELEKTRONIKA

- **SPRZEDAM** Płaski telewizor Funaj 32 cale stan bdb, 510 865 844
- **SPRZEDAM** Motorola CB140, radio Taxi - 400 zł, 502 066 019
- **SPRZEDAM** Telewizor Philips 28",sprawny - 165 zł, 512 481 844

INNE

- **SPRZEDAM** Kontener samochodowy po chłodni 2mbx2mbx5mb 2006 r., solidny, masywny, konstrukcja blacha kwasowa i aluminium, 2 drzwi hermetycznych, 2-bocznych rolowanych 3100 zł, 796 791 661
- **SPRZEDAM**Wytwornica acytylenu koszyczkowa 160zł, siłownik hydrauliczny 3-stopniowy-710zł. Sprężarka fabryczna 2-tłokowa VAN stan bdb. 8750 zł. 791 510 087
- **SPRZEDAM** Kuchnia węglowa westwalka, nowa, biała, 850 zł,507 117 237
- **SPRZEDAM** Grzejnik żeliwny 10 szt. żeberek, nowy - 90 zł, 507 821 709
- **SPRZEDAM** Orzechy włoskie, 505 385 950
- **SPRZEDAM** Zlewozmywak nowy dwukomorowy z ociekaczem, ze stali nierdzewnej, pół ceny, 690 845 745 512 211 541
- **SPRZEDAM** Skrzynki plastikowe rozkładane 60/40/20, 15 złz, 40 szt, 797 486 290
- **SPRZEDAM** Meble metalowe sklepowe - garażowe, rozkładane, 70 zł, 797 486 290
- **SPRZEDAM** Silnik 7 kW, 504 734 919
- **SPRZEDAM** Krajzega-heblarka - 750 zł, 507 821 709
- **SPRZEDAM** Kabel siłowy gięty 4x4, 56 mb, nieużywany, beczka ocynkowana 200 L, wałek krajzegi, 600 690 323
- **SPRZEDAM** Piła tarczowa do cięcia wzdłużnego, 86/4/05 cm, 8x5 zębów, wałek krajzegi, 600 690 323
- **SPRZEDAM** Dywam strzyżony bez śladów używania brąz-beż, seledyn, 130 zł, 690 845 745, 512 211 541
- **SPRZEDAM** Świerk srebrny do wycięciai wykopania, 518 377 890
- **SPRZEDAM** Piec elektryczny w cegle szamotowej, akumulacyjny - 140 zł, 507 117 237
- **SPRZEDAM** Wyrzynarka stalowa pionowa na brzeszczoty. 2000 zł 791 510 087
- **SPRZEDAM** Piła tarczowa poprzeczna półautomat, ramie tnące wyjeżdża na 1,5 mb. 7200 zł, 791 510 087
- **SPRZEDAM** Kosiarka spalinowa HONDA 5,5KM mocny, obudowa aluminiowa, regulowana wysokość koszenia, napęd własny. stan bdb. 1250 zł.791 510 087
- **SPRZEDAM** Kosiarka lisztwowa(nie niszczy trawy) silnik 6,5KM mocny, szerokie terenowe koła, własny napęd, niemiecka, nie chińska.791 510 087
- **SPRZEDAM** Narzędzia skrwające polskie, solidne stare zapasy: wiertła zwykłe, maszynowe, frezy różne, noże tokarskie, spieki noży, głowice frezarskie, rozwiertaki, uchwyty tokarskie, itp. 791 510 087
- **SPRZEDAM** Kontener samochodowy po chłodni 2mbx2mbx5mb 2006 r., solidny, masywny, konstrukcja blacha kwasowa i aluminium, 2 drzwi hermetycznych, 2-bocznych rolowanych 3100 zł,791510087
- **SPRZEDAM** Agregat chłodniczy TERMO-KING z dwoma parownikami i instalacją na 12-230V ze sterowaniem i sprężarką 2006r.- 3700 zł 791 510 087
- **SPRZEDAM** Wytwornica acytylenu koszyczkowa 160 zł, siłownik hydrauliczny 3-stopniowy - 710 zł. Sprężarka fabryczna 2-tłokowa VAN stan bdb. 8750 zł. 791 510 087
- **SPRZEDAM** Agregat chłodniczy TERMO-KING z dwoma parownikami i instalacją na 12-230V ze sterowaniem i sprężarką 2006 r. - 3700 zł, 791 510 087
- **SPRZEDAM** Skrzyniowa ładunkowa z busa z bortami 3mb, stan bd. 420zl 791510087
- **SPRZEDAM** Drzwi dębowe kasetonowe od stolarza, wyjściowe(frontowe), z wyciszeniem od środka, za dwoma zamkami, klamką i okuciami. Solidne, stan bdb. 730zł791510087
- **SPRZEDAM** Sprzęt ogrodowy spalinowy, niemiecki, nie chiński: glebogryzarki, kosiarki spalinowe i elektryczne, wykaszarki, kosiarki lisztwowe, nożyce do żywopołotu. 791510087
- **SPRZEDAM** Rowery firmowe z Niemiec: Ketler, Peugeot, Hercules, Gazela, męskie, damskie, dziecięce.791510087
- **SPRZEDAM** Odciąg trocin polski, fabryczny Cyklon III 1990r, z silosem na wióry i instalacją odpyłową, solidny, sprawny,13700zł796791661
- **SPRZEDAM** Pompa pneumatyczna do podawania betonu polska, nowa!! ZUNI-2 bez węży 7700zł, pompa mechaniczna do betonu. 5700 zł796 791 661
- **SPRZEDAM** Film fotograficzny KODAK ADVANTIX 200 formatu APS. 20 zł, tel. 661 899 501
- **SPRZEDAM** Sedes z kompaktem z deską, biały, pół roku używany, polski, tylnowylotowy, stan idealny, 100 zł. 791 919 914
- **SPRZEDAM** Telefon komórkowy firmy /Bosch/pierwszy wypust, ma dużo lat, dla kolekcjonerów lub serwisu napraw na części, 20 zł, 791 919 914
- **SPRZEDAM** klosze do pojedyńczych żyrandoli, kinkietów i lampek nocnych, różne, nieuszkodzone, ładny styl, 5 zł szt. tel 791 919 914
- **SPRZEDAM** przedłużacze elektryczne 5 mb długość, niemiecki, 15 zł. tel 791 919 914
- **SPRZEDAM** patelnia niemiecka ze stali nierdzewenej, 20cm, stan idealny, 10 zł, 791 919 914
- **SPRZEDAM** Srebrny lut do spawania cienkich materiałow, metali, z dawnych lat PRL, 50 zł 791 919 914
- **SPRZEDAM** Silnik elektryczny do polskiej pralki automatycznej, nowy i dwa nowe programatory, okazja, 100 zł. 791 919 914
- **SPRZEDAM** Samowar elektryczny z lat 50-tych, z kranikiem,posrebrzany,duży, nieużywany, sprawny, 70 zł. 791 919 914
- **SPRZEDAM** Żeberka żeliwne 10 szt, w zestawie całe nieuszkodzone, 100 zł, 791 919 914
- **SPRZEDAM** Leżak do opalania niemiecki, składany, aluminiowy, lekki, bardzo ładny, wyprzedaż, 30 zł. 791 919 914
- **SPRZEDAM** wieszak na cztery wycieraczki gumowe samochodowe podczas mycia, na zaciskach metalowych chromowanych, 30 zł. tel 791 919 914
- **SPRZEDAM** Przewódy elektryczny do prodiża lub kuchenki elektrycznej ,niemieckie, stan idealny,krótkie i długie cena 15 zł/szt. 791 919 914
- **SPRZEDAM** Kabel elektryczny z wtyczką i zakończony oprawką z żarówką, różne długości, 15 zł, 791 919 914
- **SPRZEDAM** Drzewo sztyczne palna 2.20 wysoka, nowa, 502 310 449
- **SPRZEDAM** Kwietnik metalowy na 11 kwietów, 2,5 m - 30 zł, 502 310 449
- **SPRZEDAM** Piec trociniak tzw. „koza" nieużywana, tanio, 600 690 323
- **SPRZEDAM** Pompa z silnikiem ze stali nierdzewnej - 200 zł, 83 343 39 12
- **SPRZEDAM** Zegar ścienny na szafkę, kominek bijący - 200-300 zł, 83 343 39 12
- **SPRZEDAM** Moneta srebrna z 1932r. 10 Zł gł. Kobiety cena 55zł - 508 438 340
- **SPRZEDAM** Tarcica sosnowa 40 na łaty, 798 514 515
- **SPRZEDAM** Moneta srebrna z 1938r. Z marki ze sfastyka „hindenburg" 25zł - 508 438 340
- **SPRZEDAM** Moneta srebrna z 1937r. 10 zł, j.Piłsudski cena 60 zl - 508 438 340
- **SPRZEDAM** Moneta srebrna z 1936 r. 5 zł, „Żaglówka" - 110 zł, 508 438 340
- **SPRZEDAM** Fotelik samochodowy 200 zł, 694646109
- **SPRZEDAM** Dywan dziecinny 200 zł, 694646109
- **SPRZEDAM** Nowy materac przeciwodleżynowy, 83 343 56 06
- **SPRZEDAM** Komplet opon zimowych z felgami 205/65 R15, 833435606
- **SPRZEDAM** Kuchnie gazową 250zł. 833434908
- **SPRZEDAM** Używane z Niemiec rowery, foteliki samochodowe, spacerówki, wózki inwalidzkie Sidorska 252, tanio, firmowe. 603171105
- **SPRZEDAM** Klin do rozbijania łupek drzewa. 833438574
- **SPRZEDAM** Wyciszenie do drzwi akustyczne. 50zł. 505734577
- **SPRZEDAM** Nowy wózek inwalidzki ze stabilizatorem głowy. 500862745
- **SPRZEDAM** Szafa rogowa łóżkiem, firma VOX. 500zł 605892026
- **SPRZEDAM** Beczka ocynkowana 200l, kanister 20l, lewar budowlany, piła tarczowa 86/4/Q5 cm 8x5 zębów do traka tarczowego, 600690323
- **SPRZEDAM** Piec trociniak tzw. Koza nie używany. 600690323
- **SPRZEDAM** Kabel siłowy 4x4 giętki 56m6 nie używany. 600690323
- **SPRZEDAM** Kompresor 100l samorób-ka, przecinarka metali na kołach nożycowa duża 380V. 600690323
- **SPRZEDAM** Wózek jednosiłowy z zaczepem ciągnikowym, wał przekazu mocy tzw. WOM. 600690323

MEDYCYNA

- **STOMATOLOG** Dominika Godzic-Wałecka, ul. Sapieżyńska 2/1, 519 797 247
- **OKULISTA** Grzegorz Jobda, komputerowo, soczewki - promocje!!! Warszawska 14, 606 957 358
- **OPTYK** Plac Wolności 2, badanie wzroku, okulary, 83 343 74 07
- **BEZPŁATNE** badanie kręgosłupa, zabiegi do uzgodnienia, chiropraktyka manualna www.med-kom.eu. Gabinet ul. Warszawska 14, rejestracja 507-822-928
- **BADANIA** komputerowe całego organizmu, w godzinę wykryjemy każdą chorobę www.med-kom.eu, rejestracja 507-822-928
- **TESTY** alergiczne dla dzieci i dorosłych oraz odczulanie natychmiastowo (test 500 alergenów) gabinet ul. Warszawska 14 507-822-928
- **RZUĆ PALENIE** - lekarz onkolog pomaga, www.meda-med.pl 507-822-928
- Profesor medycyny chińskiej i tybetańskiej, diagnoza z tęczówki oka, pulsu, zioła z Tybetu, akupunktura - skuteczne leczenie, ul. Warszawska 14 zapisy 507-822-928
- **GABINET** Medycyny Naturalnej, konsultacje z neuroterapeutą - 502 105 661
- **GABINET** badania kropli krwi, wszelkie choroby wyniki od ręki- 502 105 661
- Maści na łuszczyce,hemoroidy,żylaki, bóle mięśni kręgosłupa-na zamówienie- 692 025 615
- **ZIOŁOLECZNICTWO** porady znanego zielarza, fitoterapeuta ZAPISY!- 692 025 615
- **HIRUDOTERAPIA** profesionalne przystawianie pijawek lekarskita, 50 zł ZAPISY!- 692 025 615
- **BADANIE** kropli krwi wszelkie choroby, wyniki ze zdjęciami i porada, 502 105 661
- Mikstury zielarza na reumatyzm, bóle stawowe, lędźwiowe, kręgosłupa, zamówienie 692 825 615
- Maści zielarza na łuszczycę, grzybicę, żylaki, hemoroidy, bóle stawowe i mięniowe, zamówienie 692 825 615

PRACA

- **SZUKAM** Kierowca dostawca operator wósków widłowych, pracownik ochrony, magazynier pomoc budowlana badania wysokości, bez nałogów, 696 233 678
- **SZUKAM** Prace gospodarcze wykonam, 505 385 950
- **SZUKAM** Kierowca, mechanik, wózki widłowe, 505 385 950
- **SZUKAM** Kobieta, wykształcenie wyższe, doświadczenie w obsłudze klienta, tel. 796 872 240
- **ZATRUDNIĘ** Opiekunkę do osoby starszej wiek 30-45 lat, 500 387 528
- **SZUKAM** Kobieta, wykształcenie wyższe, doświadczenie w obsłudze klienta, tel. 796 872 240
- **SZUKAM**Kierowca, dostawca, operator wózków widłowych, pracownik ochrony, bez nałogów, inne propozycje, 696 233 678
- **SZUKAM**Operator koparki, koparko-ładowarki, pomoc brukarza, pomocnik budowlany, magazynier, konserwator lub inne oferty, bez nałogów. 660 202 355
- **SZUKAM** Posiadam uprawnienia na koparkę, koparko-ładowarkę, wózki jezdniowe wszystkie rodzaje, prawo jazdy kat. ABC, 736 513 353

NAUKA

- Pisanie prac, wypracowań, 884 022 401
- Matematyka, 502 924 580

RÓŻNE INNE

- Jasnowidz- 604 421 181
- Windykacja Należności bez opłat wstępnych 506 373 338
- Pożyczka na Święta 536 274 568
- Wróżenie z karty, angielskie zwykłe, tarot, 500 051 222
- Pożyczę pieniądze na niewielki procent-wiekszą sumę to pod zastaw Biała i okolice 515 518 801

MATRYMONIALNE

- Samotny 35 latek pozna kobietę na wspólnego wylwestra, 690 319 727
- Kawaler lat 48 pilnie pozna panią lat 40-52, 509 076 670
- Samotny pozna kobitę zadbaną, samotną do 55 lat ze wsi, 573 483 900
- Kawaler 45/170/70 pozna panie 35/55, na rencie, bez lewej dłoni, mmsy z opisem, zstały związek, 534 473 486

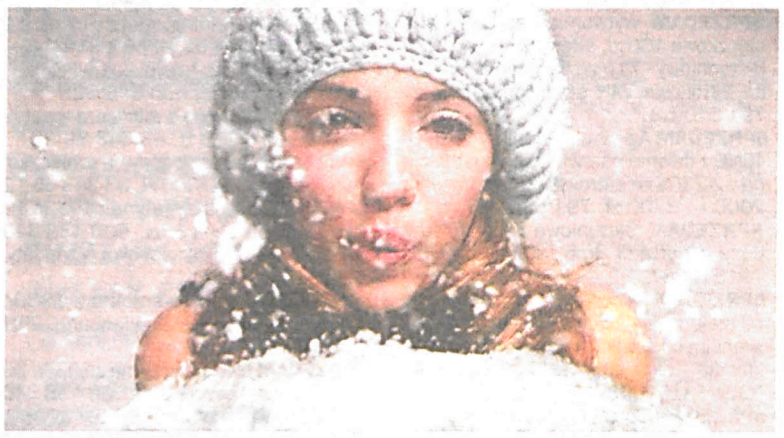
WCZASY * WYCIECZKI
WIZY * UBEZPIECZENIA
bilety lotnicze i autokarowe
BIURO PODRÓŻY PAULINA
21-500 Biała Podlaska, ul. Warszawska 13
tel./fax 83 343 57, 83 342 53 27
www.paulina.travel.pl

STAG autoryzowany serwis
Montaż i serwis LPG
LEGALIZACJA ZBIORNIKÓW LPG
NA OKRES DO 10 LAT
BADANIA TECHNICZNE
WYMIANA OPON
ZAMEL
Biała Podl., ul. Słowackiego 1
tel./fax 83 342 24 39, 83 343 91 23
www.zamel.com.pl
CZYNNE: pon.-pt. 7.00 - 18.00, sob. 7.00 - 13.00

Tymoszyńska ATELIER

Pielęgnacja włosów zimą /cz. II/

Zimą szczególnie zadbaj o włosy, bo mogą pojawić się z nimi problemy, których wcześniej nie było. Włosy zaczynają się elektryzować albo przetłuszczać, tracą objętość albo pojawia się łupież. Problemy występują bez względu na to, czy nosisz czapkę, czy chodzisz z gołą głową. Czy możesz im zaradzić? Oczywiście! Pomoże odpowiednia pielęgnacja włosów zimą.



Pielęgnacja włosów zimą: włosy oklapnięte, z łupieżem i matowe

Włosy są oklapnięte, bo czapka przygniata włosy do głowy, szczególnie wtedy, gdy są niedokładnie wysuszone. Dlatego nigdy nie wychodź z włosami choćby lekko wilgotnymi. Do mycia i stylizacji używaj kosmetyków dodających objętości – szamponów, odżywek i pianek – które podnoszą włosy u nasady. Susz je raczej chłodnym strumieniem powietrza (trwa to dłużej, ale jest efektywniejsze), przeczesując pasma palcami i szczotką. Susz, pochylając głowę do przodu – wtedy włosy „odbijają" od skóry. Po zdjęciu czapki też najlepiej jest kilka razy przeczesać włosy szczotką.

Łupież nasila się, ponieważ na skórze ogrzewanej czapką panują warunki sprzyjające rozmnażaniu się grzyba Pityrosporum ovale, odpowiedzialnego za tę przykrą dolegliwość. Często łupież występuje jednocześnie z łojotokiem. Co powinnaś zrobić?

* Do mycia głowy używaj szamponu przeciwłupieżowego.
* Do pielęgnacji skóry głowy wybieraj kosmetyki nawilżające, o lekkiej konsystencji, nieblokujące porów i ujść mieszków włosowych.

Suche, gorące powietrze ma druzgocący wpływ na nasze włosy. Dobrze jest więc zadbać o właściwą wilgotność pomieszczeń, w których przebywamy. Należy je często wietrzyć, na kaloryferach możemy np. zawiesić specjalne pojemniki z wodą lub choćby wilgotne ręczniki. Jadąc samochodem nie włączajmy maksymalnego ogrzewania i nawiewu.

TYMOSZYŃSKA ATELIER
Anna Tymoszyńska
www.tymoszynskaatelier.pl

www.ewawachowicz.pl

EWA GOTUJE

Schab wędzony na herbacie

Składniki

- 1 1/2 kg - schab bez kości
- 2 łyżki - oliwa
- 2 łyżki - sos sojowy
- 1 łyżeczka - estragon
- 1 łyżeczka - słodka papryka
- 1 łyżeczka - ostra papryka
- 1 łyżka - suszona cebula
- 1 łyżka - musztarda francuska
- 1 łyżka - suszona natka pietruszki
- 1 szczypta - mielona kolendra
- 3 ząbki - czosnek
- sól
- pieprz

Do wędzenia

- 2 łyżki - herbata czarna
- 1 łyżka - herbata zielona
- 2 ziarenka - jałowiec
- 2 ziarenka - ziele angielskie
- 3 gałązki - rozmaryn
- 1 łyżeczka - cukier
- 1/2 szklanki - ryż biały
- skórka z cytryny

Schab umyć, osuszyć. Składniki marynaty wymieszać i dokładnie obtoczyć nią mięso. Przełożyć do zamykanego naczynia i odstawić na noc do lodówki.

Przygotować gęsiarkę do wędzenia (może być też wok lub głęboka patelnia). Dno i boki wyłożyć dokładnie 2 warstwami folii aluminiowej. Brzegi pokrywki również dokładnie owinąć folią. Na dno wsypać herbatę, ryż, cukier, zioła, przyprawy i skórkę cytrynową. Tak przygotowaną „wędzarnię" rozgrzać na dużym ogniu (około 5 minut).

Zamarynowane mięso przełożyć do metalowego koszyczka (sprawdza się kosz do smażenia w głębokim tłuszczu). Umieścić w domowej „wędzarni". Zmniejszyć ogień do minimum. Wędzić przez 60-70 minut.

Po tym czasie wyłączyć kuchenkę i zostawić mięso na 10 minut, żeby soki równomiernie się rozłożyły.

Gotowe wyjąć i pokroić na plastry. Schab można podawać na ciepło lub zimno, z dowolnymi dodatkami.

Psychologia jest dla (zwykłych) ludzi

Sztuka odnajdywania granicy między altruizmem a egoizmem.

Nie twierdzę, że potrafię wskazać, gdzie kończy się myślenie o innych, a zaczyna dbanie o siebie. Staram się jednak każdego dnia dążyć do złotego środka. Zadanie to zawsze wydawało mi się trudne. Zwłaszcza w przypadku osób, na których mi zależy. Ilekroć koncentruję się głównie na moich potrzebach, po pewnym czasie odczuwam ogromny żal a i relacje na tym cierpią. Zwykle podchodzę bardzo krytycznie do swoich wad. Kiedy narastają konflikty wewnętrzne dotyczące pogodzenia dobra najbliższych i własnego, popadam w skrajną niechęć do siebie. Obwiniam się za to, że zamiast dawać, dbam jedynie o własne samopoczucie. Wychodzi więc na to, że lepiej sama się czuję, kiedy w stosunku do rodziny przedkładam jej dobro nad osobiste korzyści. Wszystko jednak w granicach rozsądku. I tu właśnie pojawia się problem z ich wyznaczeniem. Umartwianie się wcale nie jest zdrowe i na dłuższą metę prowadzi do rozgoryczenia, frustracji i złości wyładowywanej potem na tych, dla którym się tak poświęcamy. Pozbawiając się więc własnego szczęścia odbieramy naszym ukochanym szansę na doświadczanie radości wspólnie. Możemy też wyrządzić wiele szkody wychowując dzieci obojętne na ludzkie potrzeby. Dlatego też altruizm powinien sięgać tak daleko, jak dawanie innym sprawia nam satysfakcję. Jeśli zaczynamy czuć się pokrzywdzeni, przygnębieni, czy źli w kontakcie z drugim człowiekiem to warto przyjrzeć się, czy nie zapomnieliśmy o własnych przyjemnościach. Ważne też, by nie robić nic wbrew sobie, jedynie dlatego, że ktoś tego od nas oczekuje. Jeżeli inna osoba nas kocha i szanuje to zrozumie, jeśli odmówimy jej czasem z ważnych dla nas powodów. Istotne jest to też w drugą stronę. Zarzucając komuś brak poszanowania lub opór wobec naszej woli, spróbujmy przyjrzeć się swoim zachowaniom i szczerze sobie odpowiedzieć na pytanie, czy to aby nie ja robię coś wbrew innym. Może to dlatego bronią się przed tym, czego od nich oczekujemy. Altruizm nie jest bowiem uległością, leżącą na jednym krańcu kontinuum. Tak samo jak asertywna odmowa nie oznacza od razu pobudek egoistycznych, które stanowią drugi koniec tej skali zachowań. A zatem trzeba starać się oscylować gdzieś pośrodku, czasem wychylając się oczywiście w jedną lub drugą stronę, bo nikt przecież nie jest doskonały.

Jak być szczęśliwym rodzicem na stronie www.dobramama-online.pl

BIAL-MET BLACHY
PRODUCENT POKRYĆ DACHOWYCH
www.bialmet.pl, bial-met@dei.pl

- blachodachówki
- blachy trapezowe
- rynny PVC
- rynny ciągnione metalowe
- parapety wewnętrzne PVC
- obróbki dekarskie
- przyczepy bagażowe
- wyroby hutnicze
- tel. 83 344 24 64

21-500 Biała Podlaska
ul. Kołychawa 78
tel. 83 344 33 49
83 344 74 98

PROMOCJA*
BLACHODACHÓWKI I TRAPEZY
już od 22 zł brutto za m² efektywnego krycia
* oferta ważna do wyczerpania zapasów

WYCENA + TRANSPORT = GRATIS tel. 602 108 811

Peeling ciała

Rozpoczął się okres karnawału, a co za tym idzie - czas szalonych imprez. Niezależnie od sezonowej mody – zwykle odkrywamy jakiś element ciała – często są to nogi, ramiona i dekolt, czasami plecy.... I nagle okazuje się że nasza skóra wygląda jak u słonia – jest zrogowaciała, szara i do tego się łuszczy. Wiele pań nie rozumie dlaczego bo przecież na codzień używają balsamów. A peeling? Owszem – pamiętamy o nim, ale zwykle ograniczamy się do dbania o twarz, a pomijamy ciało traktując je zwłaszcza w sezonie zimowym po macoszemu. A tymczasem pod warstwami swetrów, rajstop, szalików i płaszczy nasza skóra woła o pomoc. Jej również potrzebna jest właściwa pielęgnacja i troska o kondycję na codzień. Nawet najlepszy olejek, balsam czy krem nie zdziała wiele jeśli nie zadbamy o wcześniejsze złuszczenie naskórka. Wszystkie, nawet bardzo drogie i bardzo odżywcze preparaty nie zdadzą się na nic jeśli „nakarmimy" nimi nie skórę, a tylko jej zrogowaciałą, zbędną, martwą warstwę. Już po jednorazowym wykonaniu peelingującego masażu poprawisz koloryt, oraz ukrwienie swojej skóry, dotlenisz ją i sprawisz że substancje aktywne zawarte w preparatach pielęgnacyjnych będą mogły wniknąć głębiej i na dłużej zapewnią jej odpowiedni poziom nawilżenia i odżywienia. Co więcej regularnie wykonywany peeling całego ciała poprawi jego jędrność minimalizując cellulit, poprawiając krążenie i usprawniając działanie układu limfatycznego. Oczywiście najskuteczniej pozbędziesz się martwego naskórka zapisując się na zabieg w gabinecie kosmetycznym, gdzie wykwalifikowany terapeuta nie tylko dotrze do miejsc trudno dostępnych, ale dodatkowo zadba o prawidłową kolejność wykonywanych ruchów, aby poprawić przepływ chłonki i tym samym zlikwiduje np. obrzęk nóg. Podczas profesjonalnego peelingu ciała odprężysz się i zrelaksujesz. Jeśli jednak nie masz na to czasu, weź ciepły prysznic lub kąpiel aby rozpulchnić skórę i okrężnymi ruchami wykonaj peeling całego ciała zwracając szczególną uwagę na kolana, łokcie, podeszwy stóp gdzie skóra jest zwykle grubsza. Nasza rada – dodaj do pilingu, a potem do balsamu nieco olejku arganowego. Sprawi on że skóra będzie aksamitna i dobrze nawilżona. Życzymy wszystkim Państwu gładkiego karnawału.

DESODERM
KOSMETYKA • MEDYCYNA ESTETYCZNA • SPA
ul. Artyleryjska 1, Biała Podlaska
tel. 501 546 547, 83 343 77 66
www.desoderm.pl