bezpłatny miesięcznik informacyjno-reklamowy

gwarek małopolski

STYCZEŃ 2020
Nr 01/2020 (147)
ISSN 2392-2052

Wersja online gazety na:
www.gwarek-malopolski.pl
redakcja@gwarek-malopolski.pl
reklama@gwarek-malopolski.pl

tel. 696 595 118
796 351 499

Czubrowice, Gotkowice, Jerzmanowice, Przeginia, Racławice, Sąspów, Szklary (Gmina Jerzmanowice-Przeginia), **Czerna, Dubie, Filipowice, Frywałd, Krzeszowice, Miękinia, Nowa Góra, Nawojowa Góra, Ostrężnica, Paczółtowice, Rudno, Sanka, Siedlec, Tenczynek, Wola Filipowska, Zalas** (Gmina Krzeszowice), **Baczyn, Budzyń, Cholerzyn, Chrosna, Czułów, Jeziorzany, Kaszów, Kryspinów, Liszki, Mników, Morawica, Piekary, Rączna, Ściejowice** (Gmina Liszki), **Bębło, Będkowice, Biały Kościół, Czajowice, Giebułtów, Modlnica, Modlniczka, Szyce, Tomaszowice, Wielka Wieś, Wierzchowie** (Gmina Wielka Wieś), **Aleksandrowice, Balice, Bolechowice, Brzezie, Brzezinka, Brzoskwinia, Burów, Karniowice, Kleszczów, Kobylany, Kochanów, Niegoszowice, Nielepice, Pisary, Radwanowice, Rudawa, Rząska, Szczyglice, Ujazd, Więckowice, Zabierzów, Zelków** (Gmina Zabierzów)

Różne twarze karnawału. Proste pomysły na świetną zabawę

Kiedyś wyczekiwany z utęsknieniem, dziś nieco ignorowany czy wręcz zapomniany. A szkoda! Bo czas karnawału to nie tylko wielkie bale, ale przede wszystkim świetna okazja do nadrobienia zaległości w kontaktach ze znajomymi – w końcu zimowa pora zachęca do pozostania w domu. Nikt nie powiedział jednak, że tylko w swoim… Nie ma więc co zwlekać z zaproszeniem przyjaciół na karnawałową imprezę w domu – najlepiej taką, która doda nam energii i pomoże się rozluźnić jak na najlepszych wakacjach.

A jak wakacje, to najlepiej gdzieś, gdzie jest ciepło i egzotycznie… Przedstawiamy trzy pomysły na efektowne imprezy tematyczne, które łatwo zorganizować niewielkim nakładem – finansowym i czasowym.

Żar tropików

Karnawał w Rio de Janeiro czy na Wyspach Kanaryjskich to marzenie wielu, ale mało kto może sobie pozwolić na spędzenie połowy zimy w ciepłych krajach. Można też – nieporównywalnie niższym kosztem – zafundować sobie „żar tropików" we własnych czterech ścianach. – Imprezę w takim stylu naprawdę łatwo zorganizować. Kolorowe drinki „z palemką" i eg-

ciąg dalszy str. 2

SALON MEBLOWY
1000 m² ekspozycji
BLACK RED WHITE
Nawojowa Góra
ul. Krakowska 109
(przy trasie 79)
Zapraszamy:
pn. - pt. 9⁰⁰ - 17⁰⁰
sob. 9⁰⁰ - 13⁰⁰
☎ 504 855 100
SPRZEDAŻ RATALNA
• meble
• materace
• łóżka
• sofy
• wypoczynki
• narożniki
• krzesła
• stoły
• dekoracje

EMI SERWIS
Skutery • Motocykle • Quady
Sprzedaż - Serwis od 1991
Autoryzowany dealer:
Romet • Zipp • Junak
☎ 530 781 146
- specjalizacja: pojazdy z Chin
- możliwość transportu pojazdu do serwisu
- autoryzowane naprawy gwarancyjne i pogwarancyjne
RATY!
Krzeszowice
Sklep: ul. Legionów Polskich 8
Serwis: ul. Krakowska 22

GWAREK NIERUCHOMOŚCI
Chcesz sprzedać / wynająć swoją nieruchomość?
Proponujemy darmową publikację na łamach „Gwarka".
Szczegóły: tel. 796-351-499

KREDYTY NA TWOJE POTRZEBY
• gotówkowe
• konsolidacyjne
• z ubezpieczeniem
Najlepszy adres w mieście!
CA Express
Credit Agricole
Krzeszowice,
ul. Krakowska 16
EXPRESS

DO SPRZEDANIA

piękna działka o pow. 38 a w Siedlcu, gm. Krzeszowice, z której przy sprzyjającej aurze widać Tatry, położona wśród nowych posesji.
Cena: **199 tys. PLN.**
Tel. 796 351 499

KOMPLEKSOWE USŁUGI ELEKTRYCZNE:
• instalacje elektryczne
• instalacje odgromowe
• pomiary
• inteligentne domy

tel. 690 838 909

SKUP SAMOCHODÓW
MOTOCYKLI · QUADÓW
730-690-923
!! GOTÓWKA OD RĘKI !!

KUZIA OPTYK
GABINET OKULISTYCZNY
Dobór soczewek okularowych m.in.:
progresywnych, biurowych, dla kierowców,
przeciwsłonecznych z korekcją
Profesjonalny dobór opraw
Pn - Czw: 9.00-17.00, Pt: 9.00-19.00, Sb: 9.00-13.00
Specjalistyczny Gabinet Okulistyczny
lek. med. Jolanta Hess
Pn 14.00-17.00, Wt. 9.00-12.00, Śr 14.00-17.00, Pt 16.00-19.00
ul. I. Daszyńskiego 9, 32-065 Krzeszowice
I piętro, budynek poczty
ZAPRASZAMY!!!
tel. 12 282 15 69 e-mail: kuzia.optyk@gmail.com
facebook: @Optyk.Kuzia

Liszki 552
Tel. 12 280 60 90, 660 797 805 biuro@materialowka.pl
droga na Kraków
droga na Kęszów
CENTRUM DOCIEPLEŃ
MATERIAŁÓWKA.pl
DYSTRYBUTOR SYSTEMÓW DOCIEPLEŃ
BOLIX KNAUF ISOVER AUSTROTHERM siniat
MIESZALNIE FARB I TYNKÓW BOLIX oraz KNAUF
Tynk silikonowy
Ecoside
25 kg
130 zł za wiadro
otwarte: pn - pt 6⁰⁰ - 18⁰⁰ Sobota 6⁰⁰ - 13⁰⁰
Profile, płyty gipsowe i OSB, kleje, fugi, zaprawy, gipsy, wełna, styropian, tynki, farby, lakiery, artykuły elektryczne

CIĄG DALSZY ZE STR. 1

Różne twarze karnawału. Proste pomysły na świetną zabawę

zotyczne owoce w menu, które o tej porze roku są najsmaczniejsze, do tego sznur lampek rozwieszony pod sufitem lub na szafie w stylu „drewnianej knajpki przy plaży" oraz kilka „palm" w doniczkach lub pojedynczych liści kupionych w kwiaciarni. To – razem z odpowiednią muzyką – w zupełności wystarczy, by wprowadzić tropikalny klimat nawet w najbardziej pochmurny i mroźny styczniowy wieczór – podpowiada ekspertka marki KiK.

– Poprośmy też gości, by stawili się na imprezie w stosownym stroju – hawajskiej koszuli i szortach oraz klapkach i okularach przeciwsłonecznych (nie muszą narażać się na odmrożenie nóg po drodze – mogą się przebrać po przybyciu na miejsce). To, podobnie jak dodatki w postaci motywów kojarzących się z egzotyką – flamingów, ananasów, bananów, kwiatów, muszli – buduje odpowiednią atmosferę i możemy być pewni, że zabawa przejdzie do historii jako najgorętszy karnawałowy wieczór w naszej szerokości geograficznej – dodaje specjalistka związana z siecią sklepów KiK.

Gorączka sobotniej nocy

Samba i drinki „z palemką" to nie nasze klimaty? Jest coś, co rozrusza nawet największego ponuraka… disco! – Impreza tematyczna w tym klimacie to gratka zwłaszcza dla pań, które mogą dać upust fantazji w kwestii wyglądu. Opaski, kokardy, kucyki, tapirowane włosy, mnóstwo rzucającej się w oczy,

brzęczącej biżuterii i błysk, wszędzie błysk! Od szpilek lub baletek, przez rajstopy, legginsy i spódnice (najlepiej tiulowe), po cień na powiekach: im więcej błyszczących elementów, tym lepiej – stwierdza stylistka KiK. Warto pamiętać o tym, że cekiny i brokat najlepiej prezentują się w towarzystwie światła. Zadbajmy więc o kolorowe lampy ledowe, lampki czy lampiony – niczym wprost z planu „Gorączki sobotniej nocy". Do tego szampan w połyskujących kieliszkach, kolorowe przekąski w stylu lat 70. (żelki, małe kanapeczki, trochę popcornu, paluszków) i bufet gotowy!

Domowa egzotyka

Nie mamy nastroju na taniec i bardziej niż szaleństw na parkiecie brakuje nam wizyty w knajpce lub restauracji z pysznym jedzeniem? A może chcielibyśmy spróbować czegoś nowego? Świetnie! – Zaprośmy znajomych na wspólne robienie sushi! To praca wymagająca nieco cierpliwości i zręczności, więc dobre towarzystwo będzie nie-

ocenione. Składniki do sushi bez problemu dostaniemy w supermarketach, a jeśli nie lubimy ryb, możemy zrobić wersję z owocami – zachęca ekspertka związana z marką KiK.

Efekty kulinarnej współpracy zjedzmy przy starannie zastawionym stole na estetycznej, minimalistycznej zastawie (sushi nie znosi konkurencji na talerzu). Odświętnego nastroju dodadzą papierowe lampiony zawieszone nad stołem, możemy też pokusić się o odrobinę świeżych kwiatów w wazonie i kilka świec. Tak spędzony wieczór można zakończyć np. wspólnym piciem herbaty (jak to w Japonii) i plotkowaniem lub wszelkimi innymi aktywnościami, które przyjdą nam do głowy. Kto wie, może po najedzeniu się takimi pysznościami nabierzemy ochoty na inne karnawałowe szaleństwa?

Kalendarz Charytatywny 2020 Fundacji im. Brata Alberta „BYĆ DOBRYM…"

Zachęcamy wszystkich Was, którym leży na sercu pomoc osobom niepełnosprawnym do nabycia kalendarza, który może być nie tylko wyjątkowym, unikatowym prezentem, ale także impulsem do zastanowienia się co w życiu jest najważniejsze, do odkrycia, że każdy człowiek ma marzenia a my możemy przyczynić się do ich spełniania.

Oczekiwanie, napięcie, niepewność, nadzieja – i wreszcie JEST!!!

Już po raz 15-ty Fundacja im. Brata Alberta wydaje niepowtarzalny i wyjątkowy kalendarz, którego bohaterami są Podopieczni Fundacji – kalendarz „ BYĆ DOBRYM…" na rok 2020.

Tym razem wydanie kalendarza wiązało się ze spełnieniem marzeń kilkunastu naszych Podopiecznych – marzeń o samolotach, marzeń o lataniu, marzeń o spotkaniu z Kimś Wyjątkowym. Dzięki ludziom z pasją i z wielkim sercem prawie wszystkie te marzenia się spełniły. Międzynarodowy Port Lotniczy im. Jana Pawła II Kraków – Balice, Muzeum Lotnictwa Polskiego w Krakowie oraz 32 Baza Lotnictwa w Łasku jeszcze nigdy nie gościło tak wyjątkowych pilotów. Wszystkie emocje, które temu towarzyszyły są uwidocznione na kartach kalendarza – począwszy od radości i zadowolenia, poprzez dumę, zaangażowanie, skupienie, zamyślenie i pewność siebie. I co najważniejsze – przeżycia te pozostaną z Bohaterami kalendarza na jeszcze wiele, wiele przyszłych dni.

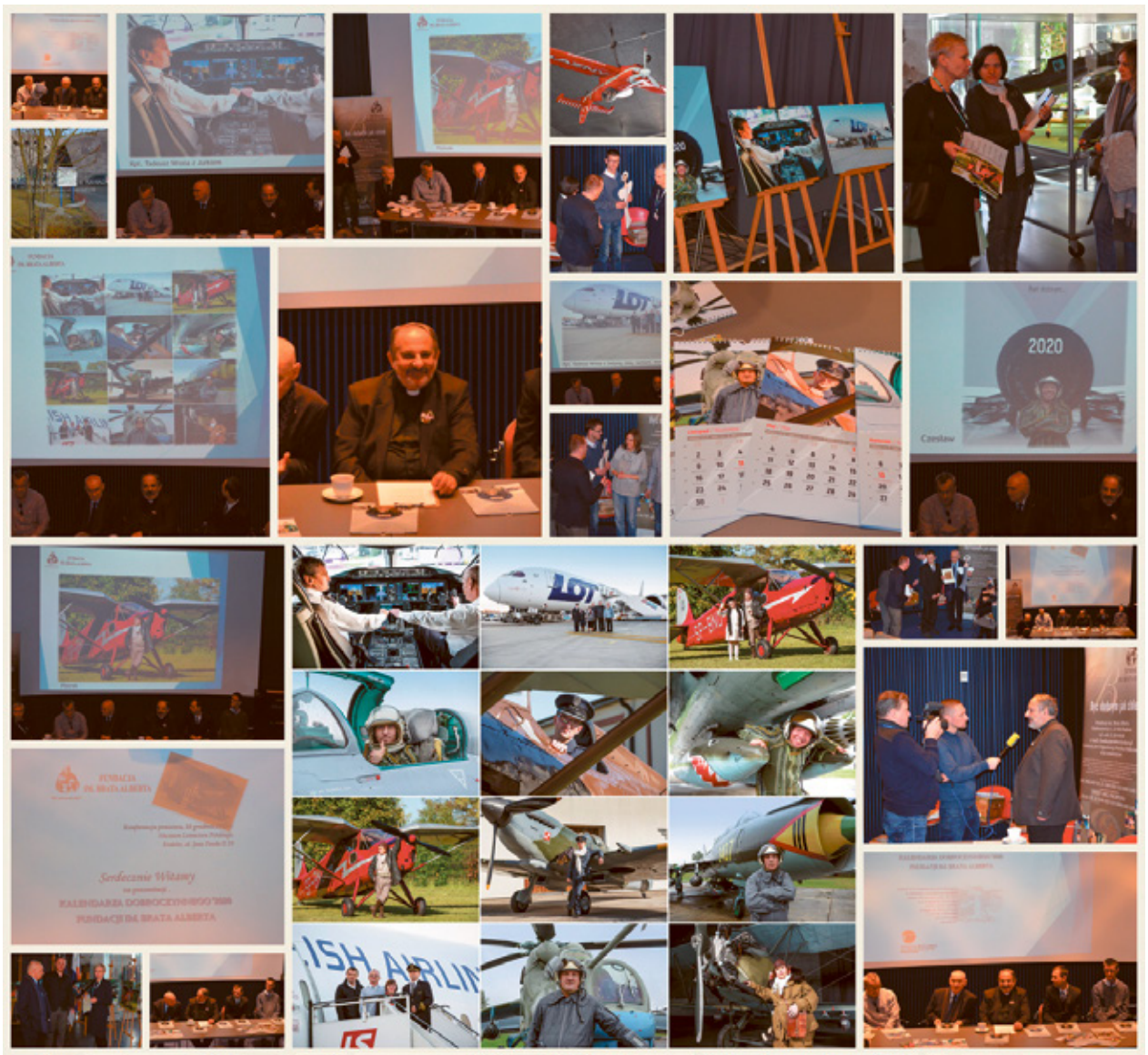
Dlatego Fundacja stara się spełniać marzenia swoich Podopiecznych, nawet te które wydają się nierealne lub bezsensowne.

Fundacja im. Brata Alberta od ponad 32 lat troszczy się o osoby niepełnosprawne intelektualnie, zapewniając im poczucie bezpieczeństwa, oparcie w drugim człowieku, poczucie więzi i wspólnoty. Swoją opieką obejmuje każdego dnia ponad 1200 Podopiecznych, z których ok.140 przebywa w ośrodkach na stałe, a pozostali są dowożeni na zajęcia dzienne. W sumie Fundacja prowadzi 35 ośrodki na terenie całego kraju (w województwach: małopolskim, śląskim, dolnośląskim, łódzkim, kujawsko – pomorskim), gdzie gromadzą się osoby zarówno potrzebujące pomocy, jak i te które tę pomoc ofiarują.

Fundacja podejmuje liczne działania mające na celu integrację osób pełnosprawnych z niepełnosprawnymi umysłowo. W tym celu m.in. cyklicznie, na skalę ogólnopolską organizuje Integracyjny Bal Karnawałowy, Integracyjną Pielgrzymkę dla Osób Niepełnosprawnych i Ich Rodzin, Mityng Pływacki oraz jest współorganizatorem Ogólnopolskiego Przeglądu Twórczości Teatralno – Muzycznej Osób Niepełnosprawnych Albertiana. Jako organizacja pozarządowa typu „ non profit", działa w oparciu o prywatne darowizny, kwesty oraz państwowe i samorządowe subwencje celowe. Fundacja jest Organizacją pożytku Publicznego.

Kalendarz można zakupić, dokonując dobrowolnej wpłaty na rzecz budowy nowego schroniska dla osób niepełnosprawnych - w tej sprawie kontakt pod adresem: sekretariat@albert.krakow.pl

Fundacja
im. Brata Alberta
KRS 0000028246
www.albert.krakow.pl



WALENTYNKOWY FOLK KARNAWAŁ

piątek 14 lutego 2020 r. Kopalnia Talentów w Krzeszowicach, ul. Floriana 3, godz. 18.00 - 23.00.

Kiedy ostatni raz tańczyłaś/eś z mężem/żoną i nie było to na weselu? ;) Wykorzystaj walentynkowy wieczór, by przy dźwiękach muzyki na żywo zatańczyć na drugim, otwartym dla wszystkich, karnawałowym balu w Krzeszowicach! Folkowe i ludowe przeboje zagrane przez kapelę góralską i krakowską, tańce w kręgu z całego świata prowadzone przez Monikę Dudek i dobra zabawa do północy!

W programie także loteria z miłosnymi upominkami
dla wszystkich posiadaczy biletu wstępu w cenie 14 złotych.
Zaproś znajomych i poczuj co znaczy prawdziwy karnawał!

Nie masz pary? Nie martw się!
Wytańczysz się w grupowych korowodach, kołach, zabawach grupowych.
A możesz kogoś poznasz na balu?

Stroje ludowe, folkowe i wszelakie inne mile widziane!

Bilety do kupienia przed wejściem na imprezę.

W cenie biletu kawa, woda, herbata i poncz bezalkoholowy.

Zapraszamy do filii Centrum Kultury i Sportu w Krzeszowicach
- Kopalni Talentów przy ul. Floriana 3.

UWAGA! ZAPROSZENIA DLA CZYTELNIKÓW "GWARKA"!
Dwie osoby, które jako pierwsze wyślą hasło:
FOLK KARNAWAŁ na adres:
m.dudek@ckiskrzeszowice.pl otrzymają podwójne zaproszenia na Walentynkowy Folk Karnawał w Krzeszowicach!

Szanowni Państwo,

w Centrum Kultury i Sportu w Krzeszowicach od listopada 2017 roku realizowaliśmy projekt Małopolska Szkoła Tradycji.

Pomysłodawcą projektu było Małopolskie Centrum Kultury SOKÓŁ w Nowym Sączu, które zaprosiło naszą placówkę do współpracy.

W regionach Krakowiaków Wschodnich i Zachodnich powstały MATECZNIKI TRADYCJI - miejsca, w których prowadzone były warsztaty muzykowania ludowego, tańca ludowego, tradycyjnych zawodów, rzemiosła i rękodzieła artystycznego.

Każdy warsztat czerpał z tradycji danego regionu, a uczestnicy zajęć poznawali dziedzictwo kulturowe swojej małej ojczyzny.

W krzeszowickim Mateczniku uczyli się heligoniści, w wieku od 6 do 75 lat, tancerze w wieku od 30 do 60 lat, dzieci w wieku przedszkolnym i wczesnoszkolnym.

Członkinie Kół Gospodyń Wiejskich, mieszkanki gminy Krzeszowice zgłębiały tajniki tradycyjnego haftu białego i kolorowego.

Dzięki realizacji tego projektu, umożliwiliśmy osobom zainteresowanym kulturą ludową na wysokim poziomie uczestnictwo w wartościowych warsztatach w Krzeszowicach, a ponadto udział w spotkaniach z muzyką na żywo oraz wyjazdowych warsztatach mistrzowskich w zakresie tańca i muzyki.

Dla wszystkich zajmujących się amatorsko czy zawodowo folklorem i dziedzictwem regionalnym Krzeszowice stały się rozpoznawalnym miejscem na mapie Małopolski.

W środę 22 lutego, o godz. 17.00, w naszej filii Kopalni Talentów, przy ul. Floriana 3, odbędzie się uroczyste zakończenie projektu, połączone z krótkimi prezentacjami uczestników spotkań.

Będzie nam bardzo miło, jeżeli zechcecie Państwo wraz z nami wziąć udział w tym wydarzeniu.

Naszymi gośćmi specjalnymi będą przedstawiciele Małopolskiego Centrum Kultury SOKÓŁ w Nowym Sączu.

Serdecznie zapraszamy na to wydarzenie!
W imieniu organizatorów, Monika Dudek - koordynator projektu

Chłopcy, których kochano za mocno

„Chłopcy, których kochano za mocno" - wyczekiwana kontynuacja oryginalnego, mrocznego kryminału „Dziewczyny, które miał na myśli", autorstwa krakowskiego pisarza Kazimierza Kyrcza Jr, już na rynku! Premiera książki miała miejsce 20 stycznia 2020 r. Powieść ukazała się nakładem wydawnictwa HarperCollins.

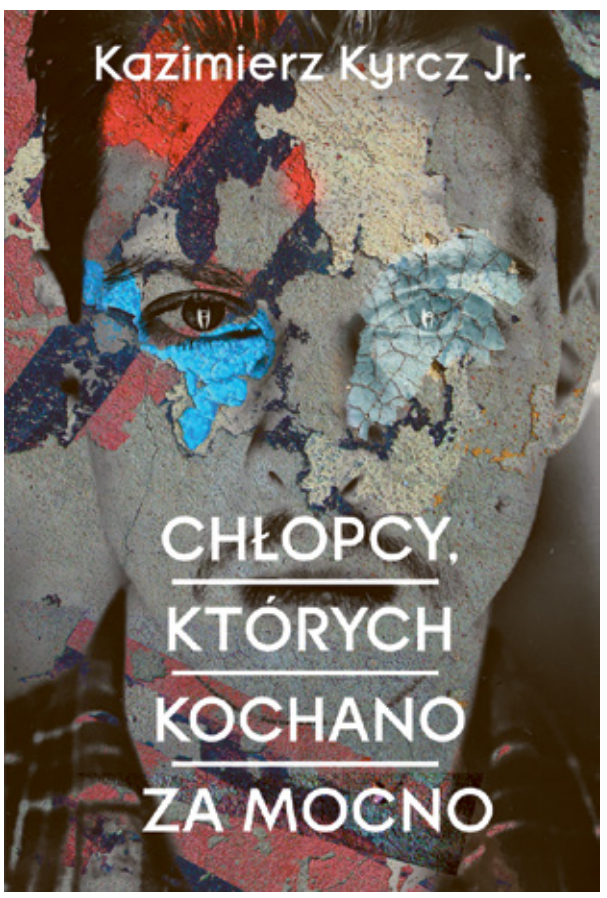
Podobno nie wysiada się z pędzącego pociągu. Tę zasadę wyznaje zarówno Kuba Szpikulec, seryjny morderca, którego swoistym celem są prostytutki, jak i tropiący go funkcjonariusze z grupy zadaniowej. Ale Szpikulec to nie jedyne zmartwienie organów ścigania. Uwikłani w walkę z własnymi demonami policjanci robią co w ich mocy, by sprostać stawianym przed nimi wymaganiom. Nie cofną się nawet przed zawieraniem sojuszy z tymi, od których powinni trzymać się jak najdalej.

„Mroczny i brutalny dreszczowiec. Już nigdy nie spojrzycie na Kraków tak samo... ani na polską policję." - Wojciech Chmielarz, twórca "Żmijowiska"

Dla czytelników „Gwarka" nie lada ciekawostka - bohaterowie „Chłopców..." trafią bowiem do Tenczynka, przejeżdżając przez ulubione przez autora Krzeszowice :)

Wywiad z Kazimierzem Kyrczem Jr - ukaże się w kolejnym numerze „Gwarka". Zapraszamy też do przypomnienia sobie poprzedniego wywiadu, który ukazał się przy okazji premiery książki „Dziewczyny, które miał na myśli" - wersja online gazety, numery archiwalne, nr 08/2017: http://www.gwarek-malopolski.pl/pdf/malopolska_08-17_online.pdf

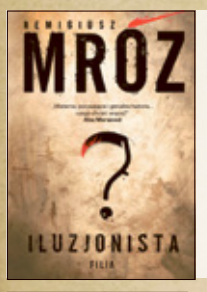
❖ Redakcja



Trailer powieści do obejrzenia na:
https://www.youtube.com/watch?v=0pbvr1q64SM,
oficjalna strona FB autora:
https://www.facebook.com/AutorKazimierzKyrczJr/

BIBLIOTEKA PUBLICZNA W TENCZYNKU POLECA "NOWINY Z BIBLIOTECZNEJ WITRYNY"

Oprac. Dan-Ew



Mróz R. : Iluzjonista

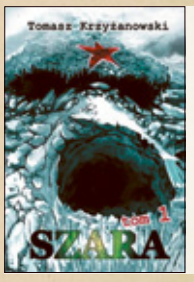
W 1988 roku Gerard Edling prowadził śledztwo, które zakończyło się ujęciem i skazaniem sprawcy serii zagadkowych zabójstw. Z racji ich tajemniczego charakteru, w kronikach kryminalnych morderca nazywany był Iluzjonistą – długo zwodził śledczych, a zabójstw dokonywał tak, by dowody wskazywały na inne osoby. Jego ofiar nie łączyło nic poza tym, że na ich skórze znajdował się wypalony znak zapytania. Ponad trzydzieści lat później na jednym z opolskich kąpielisk odnalezione zostaje ciało z podpisem Iluzjonisty, a sposób działania sprawcy łudząco przypomina czarną serię, która niegdyś wstrząsnęła miastem.

Puścikowska A. : Wojenne siostry

Agata Puścikowska opisuje historie niezwykłych, bohaterskich kobiet. Siostr, które nie chowały się przed wojną i okupacją w zakonach, ale niosły pomoc wszystkim, którzy tego potrzebowali. Pomagały ukrywać się partyzantom, dostarczały żywność, oddawały własne życie za często zupełnie obcych sobie ludzi, czasem chwytały nawet za broń. Również po wojnie niektóre z nich walczyły z komunistami. O ich bohaterstwie do dziś mówi się niewiele. Stanowczo za mało!

Jax J. : Białe róże z Petersburga

Piękna, poruszająca, niebywale esencjonalna opowieść o miłości przedzierającej się przez dramatyczny schyłek carskiej Rosji. Tu żyją rozmaite emocje. Tu żyją wielkie uczucia. Tu wreszcie żyje prawdziwa miłość – jedyna i nienaruszalna. Joanna Jax ponownie szarpie duszą czytelnika i robi to za pomocą wyjątkowej, niemal filmowej scenerii. Gorąco polecamy.

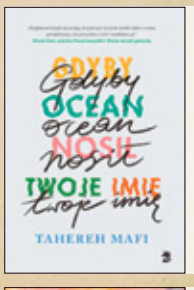


Krzyżanowski T. : Szara t.1-2

„Szara" to arcyciekawa, wielowątkowa powieść sensacyjna, z aktualną sytuacją polityczną polską i międzynarodową w tle. Jej akcja rozgrywa się od Afryki po Europę, a najważniejsza część – w środowisku tatrzańskich ratowników i grotołazów, w malowniczej scenerii polskich Tatr.

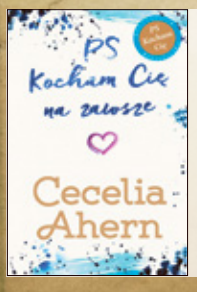
Puzyńska K. : Pokrzyk t.11

"Pokrzyk" stanowi jedenastą już odsłonę przygód Daniela Podgórskiego i Weroniki Podgórskiej oraz ich przyjaciół z Lipowa i okolic. Podobnie jak poprzednie odsłony, opiera się na schemacie klasycznego kryminału z elementami obyczajowymi i wątkami psychologicznymi, odwołuje się również do miejscowych legend i podań. Całość zaś stanowi kilkuwątkową intrygę kryminalną, która tradycyjnie nie pozwoli się nikomu nudzić.



Mafi T. : Gdyby ocean nosił twoje imię

To historia Shirin – szesnastoletniej muzułmanki, która nie ma idealnego życia. Zwłaszcza że minęło dopiero kilka miesięcy do zamachów z 11 września. Dziewczyna zmęczona jest agresywnymi spojrzeniami, komentarzami oraz wrogim zachowaniem, które spotykają ją ze względu na hidżab. Wszystko się zmienia, gdy na jej drodze staje Ocean. Chłopak jest pierwszą osobą, która chce naprawdę poznać Shirin, ale czy ona będzie w stanie mu zaufać?

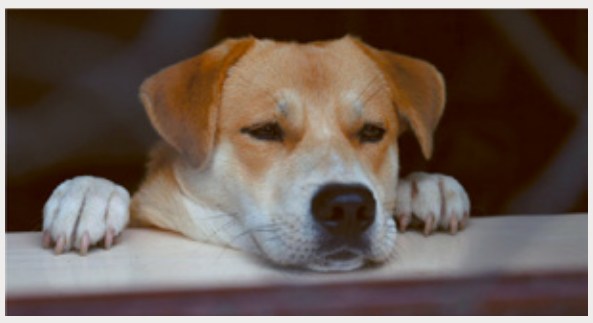


Ahern C. : P.S. Kocham Cię na zawsze

Drugi tom „PS Kocham Cię" rozpoczyna się siedem lat po śmierci Gerry'ego. Jego żona Holly Kennedy poukładała swoje życie na nowo. Ma stabilną pracę i zamierza zamieszkać ze swoim nowym partnerem, Gabrielem. Ciara, siostra Holly, namawia ją do udziału w podcaście, w którym miałaby opowiedzieć o swoich doświadczeniach po śmierci Gerry'ego i o listach, które jej zostawił. Ta jednak obawia się powrotu do traumatycznych wydarzeń, które zostawiła już za sobą...

Miś L. : Piękna Pani

Wysoko we francuskich Alpach wznosi się chętnie odwiedzane przez pielgrzymów sanktuarium La Salette, gdzie 19 września 1846 roku kobieta niezwykłej urody objawiła się dwójce biednych pastuszków: Melanii Calvat i Maksyminowi Giraud. Spotkanie z Piękną Panią – tak bowiem nazwały ją dzieci – sprawiło, że ich życie uległo kategorycznej zmianie. Do rąk dzieci młodszych oddana została "Piękna Pani" – kolejna bardzo dobra propozycja, która, uczy młodego czytelnika empatii, wrażliwości na potrzeby innych oraz dostrzegania tego, co w życiu liczy się najbardziej.



Jak rozmawiać z psem?

Zapraszamy na spotkanie z Kasią Tokarczyk

23 stycznia 2020 r. (czwartek), godz. 18.00

Zapraszamy na spotkanie z Kasią Tokarczyk z cyklu Pasjonaci z Gminy Krzeszowice w niecodziennym psim wydaniu. Pogawędki na poziomie - czyli jak rozmawiam z moim psem?

Czy naprawdę rozumiemy, co nasi czworonożni przyjaciele mają do powiedzenia?

Mało kto o tym wie, ale rozmowa z psem może być naprawdę owocna i interesująca. Nie mówię, że pies zacznie mówić ludzkim głosem i opowie nam jak mu minął dzień, ale jako właściciele jesteśmy w stanie zrozumieć co nasz pies czuje oraz potrzebuje w danym momencie. Trochę wprawy i sami zaczniemy mówić w psim języku!

Czy to nie brzmi jak układ idealny?

Spotkanie, w miłej atmosferze, gdzie każdy będzie mógł podzielić się swoim doświadczeniem, odbędzie się w Bibliotece Publicznej w Krzeszowicach, Plac F. Kulczyckiego 1

Serdecznie zapraszamy do pomerdanej dyskusji!

❖ **MGBP Krzeszowice**

CYKL: Z BAŚNIĄ I LEGENDĄ - WĘDRÓWKI PO ZIEMI KRZESZOWICKIEJ

O DIABELSKIM PORTALU W CZERNEJ

Nasz klasa 3 b uwielbia wycieczki, dlatego Pani zorganizowała nam wycieczkę do Czernej, oczywiście pieszą, od kościoła w Krzeszowicach. Kiedy doszliśmy do serca Eliasza Pani zrobiła mały odpoczynek z przekąską mówiąc przy tym dzieciom, że nie wolno pić wody ze źródełka, ponieważ może być zanieczyszczona.

Ale niestety kilkoro dzieci wraz ze mną nie posłuchało. Po wypiciu wody usłyszeliśmy ten znajomy świst i błysk. Znaleźliśmy się znowu w innych czasach i także w innym miejscu. Był to Diabelski Most w Czernej. Byłam ja, Sebastian, Kuba, Iza, Ola, Bartek, Weronika, Basia, Madzia i Szymek.

Tym razem byliśmy ubrani skromnie, dlatego nie wiadomo było jakie role mieliśmy tym razem. Staliśmy na diabelskim moście, wokół nas było ponuro i szaro. Po chwili usłyszeliśmy szelest i dziwne głosy. Na końcu mostu pojawiło się coś na kształt lśniącej bramy, a z niej wyskakiwały dziwne stworzenia. Jedne leciały w górę, a inne zeskakiwały w dół. Sebastian i Szymek podeszli bliżej, ciekawi zjawiska, i nagle portal wessał ich do środka. Przestraszeni uciekliśmy w zarośla. Kilka metrów dalej znajdowała się mała chatka. Ktoś tam był, bo w oknie paliła się świeca. Zapukaliśmy i w drzwiach pojawiła się kobieta. Miała długie, siwe włosy i była bardzo stara. Na głowie miała wianek z zaschniętych starych kwiatów. Zaprosiła nas do środka. Powiedziała, że nie powinniśmy chodzić sami w pobliżu mostu, gdyż akurat otwarty jest diabelski portal.

- Diabelski portal?! – krzyknęła Ola.

- Tak, wszyscy ludzie się boją – powiedziała staruszka

- To dlaczego Pani tutaj mieszka? – zapytała Basia

- Ponieważ tylko ja przez tyle lat mogłam zatrzymać większość demonów w tym miejscu, zaklęciami i nordyckimi runami. Jednak dziś moje moce osłabły. Jestem już bardzo stara i samej nie uda mi się zatrzymać licznej armii diabłów, demonów i czarownic. Lucyfer jest zbyt silny.

- Możemy Pani pomóc! – krzyknęłam – Nasi koledzy utknęli w środku portalu!

Staruszka powiedziała dzieciom, że to nie będzie takie proste, ponieważ runy, które ma, nie są kompletne. Kilka run zgubiła i trzeba zrobić nowe z kamieni, małych otoczaków, które można znaleźć w rzece pod mostem. Dzieci chętne były pomóc.

- Tylko strzeżcie się – powiedziała staruszka. – Kiedy będziecie ich szukać, może wyzwalać w was gniew.

Dzieci szukały kamyczków, po zamoczeniu rąk zaczęły nawzajem mówić sobie przykre słowa.

- Dosyć! – krzyknął Karol. – Wychodźcie, lepiej żebym sam poszukał tych kamieni! W takim tempie nie zdołamy pomóc. Ja się znam trochę na kamieniach, dziadek mnie tego nauczył!

Przyszliśmy z kamieniami do chatki. Kobieta wybrała najlepsze i farbnikiem z rośliny jaskółczego ziela narysowała na kamieniach znaki. Później rozpaliła ognisko i podała każdemu z nas po jednej runie. Stara kobieta z wiankiem na głowie zaczęła grać melodie na flecie a my tańczyliśmy z runami wokół ogniska. Nad głowami było słychać przelatujące z piskiem wiedźmy, diabły i inne koszmarne stwory. Jakby wciągał je odkurzacz.

- A co z naszymi kolegami? – zapytał Bartek.

- Kiedy trafią tam wszystkie mary, portal powinien ich wyrzucić.

I tak też się stało. Na moście pojawili się chłopcy. Wszyscy ucieszyli się, że już po wszystkim.

- Ale nie na długo – ostrzegła staruszka

- Trzeba temu zapobiec , powiedziałam, że skoro jesteśmy w miejscu gdzie działa magia możemy zburzyć most zaklęciem i stwory się nie wydostaną. Znam jedno.

- A skąd znasz? – zapytała Weronika

- Z Harre'go Pottera i brzmi „Bombarda Maxima"!

I wtedy z mostu zostały jedynie filary. Basia zaproponowała, że zrobi eliksir powrotu, aby mogli wrócić do Pani Magdy i pozostałych dzieci. Eliksir zrobiła z wody źródełka Eliasza i rośliny skrzypu polnego. Dzieci wypiły wywar, wtedy pojawił się znajomy świst i błysk. Wróciły do źródełka i swojej klasy 3 b, akurat wtedy kiedy Pani rozdawała wszystkim kiełbaski.

❖ Malwina Jasiurka i mama

ODCHUDZANIE Z KARBOKSYTERAPIĄ

HIT cenowy 5 zabiegów gratis!*

Karboksyterapia tkanki tłuszczowej jest to zabieg medycznym CO2:

• bezpieczny • daje spektakularne efekty • skuteczność potwierdzona badaniami klinicznymi

Karboksyterapia prowadzi do zmniejszenia liczby komórek tłuszczowychi wymodelowania sylwetki!

Skuteczność udowodniona naukowo! Sprawdź wszystkie zalety KARBOKSYTERAPII! Umów się na bezpłatną konsultację!

Pełen cykl zabiegowy mający na celu redukcję tkanki tłuszczowej obejmuje 10 zabiegów: 1 zabieg - 100 zł

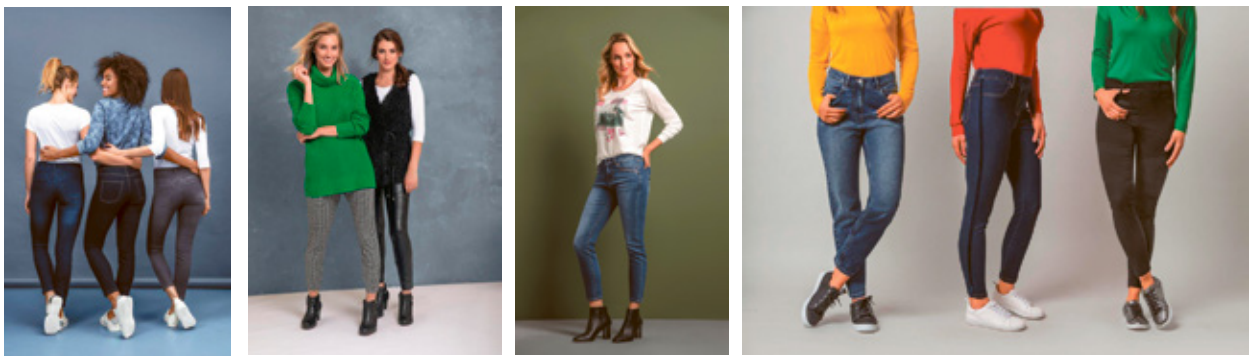
* Kupując pakiet 10 zabiegów otrzymujesz dodatkowo **5 zabiegów gratis!**

Instytut Urody Elf
Galeria Centrum 1p.
668 990 679

ul. Daszyńskiego 1
32-065 Krzeszowice
www.instytutelf.pl

SPODNIE A SYLWETKA. JAK ZNALEŹĆ TE IDEALNE?

Kiedy robi się chłodniej, wiele z nas chętniej sięga po spodnie. Nic dziwnego, oprócz tego, że dzięki nim nie marzną nam nogi, ten element garderoby po prostu ma mnóstwo zalet. I jedną zasadniczą wadę… Znalezienie tych idealnych potrafi być prawdziwą zmorą!



Zastanawiałyście się kiedyś, dlaczego tak trudno kupić spodnie, które idealnie będą na was leżeć? Przecież w sklepach jest ogromny wybór fasonów. A może po kolejnych nieudanych zakupach przeszło wam przez myśl, że to z wami jest coś „nie tak"? – **To niemożliwe i mogę powiedzieć to w ciemno. Problemem może być za to fakt, że tak naprawdę nie wiemy, jaką mamy sylwetkę i co dla nas oznaczają „idealne spodnie". Mając w głowie jedynie, że szukamy czegoś ciemnego, co optycznie nas wyszczupli lub wydłuży nogi, możemy zmierzyć kilkadziesiąt par i nadal nie trafić na te perfekcyjne** – zauważa stylistka marki KiK.

– Dlatego poszukiwania spodni zaczęłabym od stanięcia w domu przed lustrem w ulubionej, najczęściej przez nas noszonej bieliźnie i przyjrzeniu się swojej sylwetce. Całej, nie tylko nogom i pośladkom. Czasem może się bowiem okazać, że nie zwracamy uwagi na szerokie ramiona lub obfity biust, co również nie jest bez znaczenia przy wyborze odpowiednich dla nas spodni – mówi. – Spójrzmy na siebie obiektywnie. Zastanówmy się, co lubimy podkreślać w swoim wyglądzie, a co wolałybyśmy nieco zamaskować. Szczupłe kostki? Szerokie biodra? Wydatna talia? Wystający brzuszek? A może cały „dół" mamy nieco większy lub mniejszy od „góry"? To wszystko ma znaczenie – dodaje ekspertka.

Co wyszczupla, co powiększa

Cóż to za zasady? – **Najprostsze to te, które dotyczą kolorów i ozdób. Sprawa jest naprawdę nieskomplikowana: ciemne odcienie wyszczuplają, jasne – zwłaszcza przetarcia i „spranie" na środku (z przodu i z tyłu) nogawek – optycznie dodają kilka kilogramów. To samo dotyczy wszelkiej maści aplikacji, dziur, naszywek i innych ozdób – przyciągają wzrok do miejsca, w którym zostały umieszczone. Jeśli więc zależy nam na optycznym poszerzeniu bioder, szukajmy takich spodni, które mają duże kieszenie po bokach i dodatkowe elementy w tej okolicy. Jeśli natomiast chcemy je zamaskować, unikajmy jak ognia wszelkich akcentów w tej okolicy** – wylicza stylistka.

Maskowanie brzucha

– Sprawa z fasonem spodni jest już bardziej skomplikowana. Dla ułatwienia możemy sobie wynotować przed zakupami, na jakie elementy powinnyśmy zwrócić uwagę, mając na względzie naszą wcześniejszą ocenę sylwetki. W przypadku nieco wystającego brzucha, z czym boryka się wiele z nas (tak naprawdę wystarczy przecież zjeść obiad, by już nie był płaski), najlepiej sięgać po spodnie z wysokim stanem, które przy okazji świetnie modelują talię. Znalazłyście model spodni z suwakiem z boku albo tregginsy lub jegginsy o podwyższonej talii? Najprawdopodobniej właśnie „ustrzeliłyście" spodnie dla siebie – mówi specjalistka.

Szerokie/chłopięce biodra i „za duża" lub „zbyt mała" pupa

– Kolejnym „problemem", na który często narzekają kobiety, są pełne biodra. Jeśli zależy nam na tym, by nie rzucały się w oczy, pilnujmy, żeby spodnie nie obciskały ich mocno. Ta sama zasada dotyczy zresztą każdej części ciała, której nie chcemy eksponować – zwłaszcza ud. Idealnym rozwiązaniem w tym przypadku będą więc spodnie o prostych nogawkach czy wręcz szerokie spodnie z materiału. Te ostatnie w przeciwieństwie do dżinsów, trzeba niestety zwykle prasować, za to prezentują się niesamowicie szykownie – zauważa ekspertka. **– Jeśli sądzicie, że wasza pupa mogłaby być nieco mniejsza, zwróćcie uwagę na to, by spodnie miały kieszenie z tyłu. Celujcie raczej w te modele, które mają je naszyte blisko siebie i pod skosem, choć ostatecznie warto sprawdzić kilka różnych wariantów. Jeśli zaś z pomocą spodni chciałybyśmy uwydatnić pośladki, duże, proste kieszenie, a także przetarcia i rozjaśnienia w miejscu pośladków to nasi sprzymierzeńcy. Tak samo, jak w przypadku bioder, które można dodatkowo zaakcentować szerokim paskiem lub przewiązać apaszką** – uzupełnia stylistka KiK.

„Góra" i „dół" w różnych rozmiarach

– Masywniejsze biodra i uda lub odwrotnie – szerokie ramiona i wydatny biust przy szczupłych nogach to często spotykany kształt sylwetki. W tym pierwszym przypadku sprawdzą się takie same spodnie, jak przy szerokich biodrach i pupie – o prostych, niezbyt obcisłych nogawkach. Kiedy to górna część naszej sylwetki jest dominująca, idealne mogą się okazać spodnie typu boyfriend zestawione z przylegającą do ciała górą lub dzwony w jasnym kolorze. Wszelkie wzory, błyszczące elementy, faktury i materiały oraz wyraziste kolory również są w tym przypadku wskazane – wylicza ekspertka.

„Za długie" lub „za krótkie nogi"

– Tu sprawa jest dość prosta. Spodnie z wysoką talią i długimi nogawkami dodadzą nam sporo centymetrów. Warto, by buty były w tym samym kolorze, wtedy efekt jest jeszcze bardziej wyrazisty. Optycznie skracają natomiast biodrówki, których nogawki kończą się na wysokości kostek – lepiej wybrać takie, które sięgają nieco ponad lub poniżej nich, wtedy unikniemy też wizualnego poszerzenia w tym miejscu. Długonogim paniom nie zaszkodzi na pewno podwijanie nogawek czy botki kończące się w okolicach kostki – tłumaczy specjalistka związana z marką KiK.

Sięgaj do gwiazd i dostrzegaj to, co dobre

– Na koniec mam jeszcze jedną radę. Jeśli wciąż mamy problem z ustaleniem, w czym możemy dobrze wyglądać, polecam przyjrzeć się codziennym stylizacjom gwiazd, które mają podobną sylwetkę i wzrost, jak my. One standardowo korzystają z porad profesjonalnych stylistów, więc nawet, jeżeli ich styl nie pokrywa się z tym, co same wybieramy, w przypadku fasonu spodni może się okazać, że to strzał w dziesiątkę. Wystarczy, że wybierzemy bardziej stonowany kolor czy model bez wzorów. I nie bądźmy wobec siebie zbyt krytyczne. Duża pupa czy wyraźnie zaokrąglone biodra lub uda mogą być wadą lub atutem – wszystko zależy od nas samych i tego, jak się postrzegamy – puentuje stylistka.

To spełnianie małych - wielkich marzeń naszych podopiecznych i ich zdrowego rodzeństwa...

... po to, aby zobaczyć uśmiech i radość na ich twarzach. Małgorzata Musiałowicz - Prezes Fundacji Alma Spei Hospicjum dla dzieci zapytana kiedyś o to, jakie są marzenia dzieci przebywających w Hospicjum z perspektywy wieloletniego doświadczenia, odpowiedziała: ***„Te codzienne - bardzo proste. Na przykład pograć w piłkę. Zjeść coś słodkiego. Najprostsze...".***

Biorąc sobie te słowa głęboko do serca i obserwując Podopiecznych i ich Rodzeństwo postanowiliśmy zrobić wszystko, aby tworzyć dla dzieci i ich rodzin przepiękne wspomnienia.

TAK POWSTAŁ PROJEKT ALMARZENIA.
Chcesz pomóc, dołącz do nas!

"Alma Spei" Hospicjum dla Dzieci
ul. Dożynkowa 88 a, 31-234 Kraków
KRS 0000 237 645 • NIP 6772252176 • REGON 120074818
BGŻ BNP Paribas 08 2030 0045 1110 0000 0155 0700
Organizacja Pożytku Publicznego

E-mail:
hospicjum@almaspei.pl
Telefon:
12 446 64 76

www.almarzenia.pl

TRZEBIŃSKIE CENTRUM KULTURY w Trzebini
WSPÓŁPRACA

2 lutego 2020, godz. 17:00
Dom Kultury „Sokół" w Trzebini, ul. Kościuszki 74
rezerwacja i sprzedaż biletów: DK „Sokół" tel. 32 6110 621
bilety: 70 zł

GEOKONTRAKT REAL ESTATE

Geodezja, Pośrednictwo, Wycena S.C.
Licencje nr: 5768, 14102, 16297
Agata Kulczycka, Maciej Kulczycki
Pośrednictwo w obrocie nieruchomościami
Doradztwo geodezyjno-prawne w obrocie nieruchomościami
Szacowanie i wycena nieruchomości
Zarządzanie nieruchomościami mieszkaniowymi i komercyjnymi
Pośrednictwo finansowe i kredyty

32-065 Krzeszowice, Rynek 7, tel./fax. (12) 282 16 01 / biuro@geokontrakt.pl
PON –PT. 9^{00}–12^{00} oraz 14^{00}–18^{00}; SOB. 9^{00}–12^{00};
Poza godzinami pracy kontakt telefoniczny: 501 579 465, 501 579 526

SPRZEDAMY!!!

DZIAŁKI BUDOWLANE:

• Wola Filipowska	1000 m²	120 000 zł
• Wola Filipowska	1300 m²	156 000 zł
• Wola Filipowska	1250 m²	150 000 zł
• Wola Filipowska	1300 m²	156 000 zł
• Tenczynek	550 m²	55 000 zł
• Tenczynek	500 m²	50 000 zł
• Tenczynek	1000 m²	100 000 zł
• Tenczynek	3000 m²	240 000 zł
• Tenczynek	1360 m²	125 000 zł
• Tenczynek	1793 m²	150 000 zł
• Tenczynek	2442 m²	195 000 zł
• Tenczynek	2700 m²	265 000 zł
• Paczółtowice	4000 m²	310 000 zł
• Paczółtowice	1000 m²	80 000 zł
• Paczółtowice	1100 m²	90 000 zł
• Paczółtowice	750 m²	50 000 zł
• Paczółtowice	1200 m²	100 000 zł
• Tenczynek	1100 m²	170 000 zł
• Tenczynek	2200 m²	340 000 zł
• Krzeszowice	1,08 ha	450 000 zł
• Krzeszowice Os. Żbik	5500 m²	395 000 zł
• Krzeszowice	900 m2	90 000 zł
• Krzeszowice	1000 m2	90 000 zł
• Krzeszowice	1100 m2	100 000 zł
• Nowa Góra	1400 m²	90 000 zł
• Żary	1502 m²	165 000 zł
• Sanka	2100 m²	240 000 zł

DZIAŁKI BUDOWLANO-ROLNE

• Krzeszowice	6,37 ha	1 719 900 zł
• Będkowice	3727 m²	550 000 zł

DZIAŁKI ROLNE

• Zalas	4000 m²	35 000 zł
• Zalas	2600 m²	20 000 zł
• Zalas	6300 m²	100 000 zł
• Zalas	2000 m²	15 000 zł

DZIAŁKI BUD.-USŁUGOWE KOMERCJA

• Rudno	2500 m²	200 000 zł
• Rudno	1600 m²	128 000 zł

DZIAŁKI REKREACYJNE

• Mogilany	1200 m²	60 000 zł

DOMY MIESZKALNE

• Krzeszowice CENTRUM
Usługowo-mieszkalny 188m² P.U.
F-RA VAT 320 000 zł

• Zalas DO GENER. REMONTU
70m² P.U.
Działka 18 arów 180 000 zł

• Dulowa DOM JEDNORODZINNY
P.U. 154,4 m², działka 978 m², przy DK79 495 000 zł

KOMERCJA

• Krzeszowice okolice DK79 CENTRUM
PAWILON HANDL.-USŁ. BIUR.
P.U. 35 m² 100 000 zł

• Kamienica mieszk.-usług. w ścisłym centrum Krzeszowic. Powierzchnia całkowita 1218 m².
SPRZEDAŻ 40% UDZIAŁU 1 400 000 zł
za 40% udziału

NOWOŚĆ!!
POŚREDNICZYMY W POZYSKIWANIU KREDYTÓW HIPOTECZNYCH, GOTÓWKOWYCH ORAZ PRZY ZAKUPIE SAMOCHODÓW.

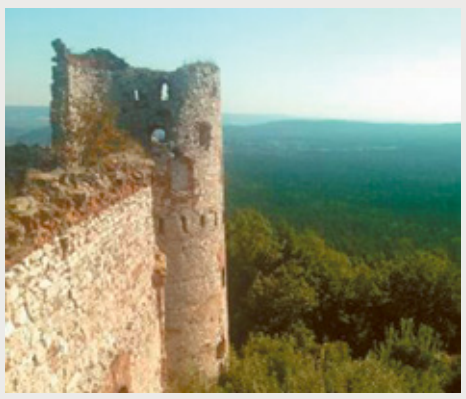
Powyższe ogłoszenie nie stanowi oferty w rozumieniu przepisów Kodeksu Cywilnego.
U NAS WYNEGOCJUJESZ PROWIZJĘ!

Ubiegły rok na Tenczynie

Miniony 2019 r. był dla Tenczyna okresem obfitującym w wiele wydarzeń. Był to czas kontynuacji prac zabezpieczających prowadzonych konsekwentnie przez Gminę Krzeszowice. W ubiegłym roku w murach warowni odbyły się też liczne imprezy kulturalne i historyczne. Swój udział w ich organizacji miało również stowarzyszenie Ratuj Tenczyn które prowadziło pokazy średniowiecznej grupy rekonstrukcyjnej..

Najbardziej widocznym fizycznym efektem zeszłorocznych prac zabezpieczających na Tenczynie jest zmiana wyglądu baszty Izabeli.

Baszta Izabela przed i po pracach zabezpieczających



Prace były prowadzone również w baszcie Dorotce w której zamontowano schody prowadzące na taras widokowy.

Ubiegły rok okazał się kolejnym okresem podnoszenia się Tenczyna z ruin oraz odzyskiwania przez niego dawnej pozycji prężnego ośrodka kultury. Liczymy na to że ten pozytywny trend będzie kontynuowany w 2020 r. oraz w kolejnych latach.

Projekt „Chodź z nami poznawać świat”

W maju ubiegłego roku Szkoła Podstawowa im. Janusza Korczaka w Zabierzowie wzięła udział w konkursie grantowym „Wspólnie dla regionu” zorganizowanym przez Fundację Lafarge Holcim. Była to pierwsza edycja tego konkursu. Z całej Polski wpłynęło aż 247 wniosków, przy czym projekt nauczycielek z Zabierzowa znalazł się wśród 14 nagrodzonych prac.

Dnia 29 maja 2019r. w siedzibie firmy Lafarge Holcim pomysłodawczynie projektu P. Anna Ochel i Lucyna Krupa uczestniczyły w gali wręczania przyznanych grantów. Ich autorski projekt noszący nazwę CHODŹ Z NAMI POZNAWAĆ ŚWIAT zakłada powstanie ścieżki edukacyjnej wokół terenu szkoły, w celu prowadzenia zajęć w terenie z przedmiotów matematyczno-przyrodniczych.

W pierwszym etapie realizacji projektu, czyli od początku bieżącego roku szkolnego, została reaktywowana i rozbudowana dawna Szkolna Ostoja Przyrody. Pozyskane środki pozwoliły na zakup budek lęgowych, karmników dla ptaków oraz gniazd dla dzikich pszczół, które zostały zainstalowane na drzewach wokół budynku szkoły przy ulicy Kolejowej. Zakupiono również stół edukacyjny i grę terenową „Mnemos” z grafikami dotyczącymi pszczół i ptaków występujących na naszych terenach. Dzięki współpracy z Wydziałem Ochrony Środowiska Gminy Zabierzów zakupiono także i zamontowano stację meteorologiczną. Nawiązana została również współpraca z Nadleśnictwem w Krzeszowicach, dzięki czemu pozyskano materiały edukacyjne dotyczące ptaków i pszczół, a na przyszłość przewidziano jeszcze warsztaty tematyczne, które dla uczniów Szkoły Podstawowej przeprowadzą leśniczy. Ponadto udało się nawiązać współpracę z Ogólnopolskim Towarzystwem Ochrony Ptaków, w ramach której szkoła otrzymała pakiety edukacyjne dla nauczycieli różnych przedmiotów (również języków obcych), dotyczące ochrony ptaków i ich środowiska. Podjęty został również dialog z Krzeszowickim Kołem Pszczelarzy.

Realizacja projektu przyniosła już konkretne korzyści. Dzięki zgromadzonym materiałom wybrani nauczyciele przeprowadzili pierwsze zajęcia testujące, podczas których wszystkie nowe instalacje doskonale się sprawdziły. Współpracując z nauczycielami przyrody, biologii, chemii i geografii udało się także za środki przyznane przez Fundację Lafarge Holcim zakupić lub otrzymać wspaniałe pomoce edukacyjne, dzięki którym uczniowie będą mogli w ciekawy i atrakcyjny sposób poznawać świat.

❖ Anna Ochel
i Lucyna Krupa
www.zabierzow.org.pl

Echa tenczyńskiego koncertu

W niedzielne popołudnie 29. grudnia 2019 r., w kościele Św. Katarzyny w Tenczynku miało miejsce wyjątkowe wydarzenie. Chór 'Cantate Anima', w trzydziestolecie swojego istnienia zorganizował koncert kolęd dla Kacperka Ryło. Wśród występujących znaleźli się także: kwartet smyczkowy 'Quatro Furore', zespół kameralny oraz etnłożka, pieśniarka, animatorka kultury - Monika Dudek.

W programie koncertu znalazły się kolędy, pastorałki oraz utwory o tematyce bożonarodzeniowej w wersjach instrumentalnych. Mogliśmy usłyszeć utwory tradycyjne, czasem wiekowe, jak 200-letnia pastorałka „Nad Betlejem jasna gwiazda świeciła”, jak i współczesne, światowe szlagiery świąteczne. Profesjonalne nagłośnienie, nastrojowe oświetlenie oraz licznie przybyli goście – to wszystko pomogło zbudować piękną atmosferę.

Szczególny cel koncertu zgromadził wielu ludzi o otwartych sercach – po jednej i drugiej stronie sceny. Po koncercie wszyscy przybyli mogli wesprzeć zbiórkę funduszy na kosztowne leczenie Kacperka. Zaangażowanie wielu osób przyniosło budujące efekty – do puszek udało się zebrać 11 041,1 zł. Wszystkim serdecznie dziękujemy i cieszymy się, że mogliśmy mieć w tym swój udział.

❖ Stowarzyszenie Kultury Wokalnej TRYTON - Chór 'Cantate Anima' z Tenczynka

POMÓŻ KACPERKOWI!

Kacperkowi możesz pomóc wpłacając pieniądze na
konto Fundacji Serce dla maluszka, tytułem Kacper Ryło,
numer: 85 1160 2202 0000 0001 9214 1142
lub poprzez portal internetowy **www.siepomaga.pl/ratujemy-kacpra**

Na stronie facebookowej Kacperka można dowiedzieć się o akcjach organizowanych dla Maluszka, a przede wszystkim co aktualnie słychać u niego i jego wspaniałej rodzinki. Na FB działa też grupa publiczna Licytacje dla Kacperka Ryło. Przyłącz się!

Każda złotówka, każda pomoc, każdy nowy pomysł na zebranie funduszy zwiększają szanse na to, że Kacperka uda się uratować. A UDAĆ SIĘ MUSI!!

Weź udział w IX edycji bezpłatnego projektu „Gotuj po hiszpańsku II”!

Fundacja Rozwoju Kompetencji i Przedsiębiorczości PROAKTYWNI prowadzi kolejny nabór do IX edycji BEZPŁATNEGO projektu „Gotuj po hiszpańsku II” współfinansowanego ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego. Do projektu można zgłosić się do 31.01.2020 r.

W ramach projektu można wyjechać na 60 dni do Walencji na kurs kuchni śródziemnomorskiej i praktyki w restauracjach. Wśród restauracji w których uczestnicy odbywają praktyki są restauracje z przewodnika Michelin oraz z gwiazdką Michelin. Przed wyjazdem jest zapewnione wsparcie językowe oraz odpowiednie przygotowanie do wyjazdu. Po powrocie do Polski projekt umożliwia także organizację i odbycie stażu w Polskich restauracjach.

Projekt „Gotuj po hiszpańsku II”, to nie tylko projekt, który dotyczy rozwoju umiejętności zawodowych. Jak każdy projekt mobilnościowy rozwija wszechstronnie i motywuje do zmiany, inspiruje.

Projekt skierowany jest do osób w wieku 18-35 lat, zamieszkałych w Małopolsce, nieuczących się, niepracujących, zarówno do zawodowych kucharzy, osób z wykształceniem gastronomicznych oraz tych, które pasjonują się gotowaniem.

Wyjechało z nami już 140 osób! Wśród nich jest wielu kucharzy, a także pasjonatów kuchni, którzy dzisiaj pracują w krakowskich restauracjach oraz restauracjach w całej Polsce.

Projekt „Gotuj po hiszpańsku II” został wytypowany przez Ministerstwo Inwestycji i Rozwoju jako przykład dobrych praktyk i przedstawiony w programie TVP „Fundusze Europejskie jak to działa”. https://www.youtube.com/watch?v=Es1gZUsWibE&t=176s. Projekt został także zaprezentowany w Brukseli na międzynarodowej konferencji z przedstawicielami Parlamentu Europejskiego organizowanej przez Ministerstwo Pracy i Spraw Socjalnych Republiki Federalnej Niemiec.

Zachęcamy do zapoznania się z blogiem: blog.gotujpohiszpansku.pl/ oraz materiałami.

Spot_1
„Gotuj po hiszpańsku II”: https://www.youtube.com/watch?v=pqtgSD7JrE0&t=11s

Spot_2
„Gotuj po hiszpańsku II”: https://www.youtube.com/watch?v=FBXQEa8sq-E

KĄCIK KULINARNY

Muffiny brokułowe – pyszne śniadanie #zerowaste

Muffiny brokułowe, które powstały, gdy leżący na stole brokuł zaczął zmieniać kolor na bladozielony ;) Wrzuciłam go rano do sitka , aby ugotować go na parze. Brokuł się ugotował, ja wyłączyłam garnek i poszłam do pracy. Wróciłam wieczorem, a brokułem rodzina się nie zainteresowała ;) więc trzeba było coś z nim zrobić. Najpierw miał iść do kolejnego obiadu, ale wpadłam na pomysł przerobienia go na muffiny, które będą akurat na śniadanie.

Czemu przepis #zerowaste? Wykorzystałam w tym przepisie wszystkie resztki, które znalazłam w lodówce. Tak należy robić - nie wyrzucać, a przerabiać co się da w takie pyszności.

Muffiny brokułowe

- 2 brokuły ugotowane na parze
- 3 jajka
- 4 łyżki mąki pszennej
- 1 gruby plaster fety
- 2 łyżki startego żółtego sera
- 2 plasterki chorizo (drobno pokruszone)
- pieprz świeżo mielony

Piekarnik rozgrzać do 180 C.

Brokuły siekamy nożem na drobno, przekładamy do miski i dodajemy wszystkie składniki. Ręką wymieszałam składniki (tak jak przy mielonych), tak aby je porządnie połączyć. Foremki do muffinek wykładamy papierem do pieczenia, nakładamy naszą masę, z góry doprawiamy pieprzem. Ponieważ brokuł jest w smaku delikatny, spróbuj odrobinę masy, może będziesz musiał/ musiała ją doprawić – powinny być dobrze doprawione.

Formę wkładamy do nagrzanego piekarnika na 25 minut. Wyciągamy i gotowe.

Ja swoje muffiny na śniadanie podgrzałam pod górną grzałką w piekarniku przez kilka minut.

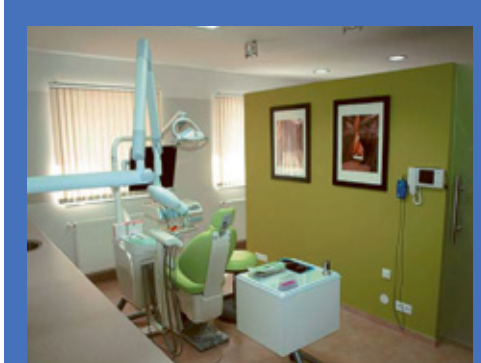
Ulla Pałka

Te i więcej przepisów na stronie: www.kuchnianawzgorzu.pl
oraz na profilu na facebooku: www.facebook.com/kuchnianawzgorzu

Gołda DENT
STOMATOLOGIA GIEBUŁTÓW

Pełen zakres usług
• ortodoncja
• stomatologia estetyczna
• wybielanie
• nowoczesna protetyka
- korony } porcelanowe
- mosty } pełnoceramiczne
• leczenie kanałowe
• chirurgia - implanty

ZABIEGI WYKONYWANE BEZBOLEŚNIE
RENTGEN CYFROWY



Giebułtów, ul. Topolowa 2
(koło kościoła)
☎ 12 36 18 01
883 346 606

www.stomatologia.ubf.pl

ORIFLAME
SWEDEN

CELEBRUJ ŚWIĘTO MIŁOŚCI

Przed nami wyjątkowy dzień dla zakochanych. Z tej okazji ORIFLAME przygotowało nowe wody z rodziny Eclat, wyrażające wyjątkowy, francuski szyk i urok. Kompozycje tworzą niesamowitą historię miłosną, która może się wydarzyć tylko w najbardziej urokliwym mieście na świecie, w mieście zakochanych - Paryżu.

Eclat Amour dla niej stworzona przez mistrza perfumiarstwa Pierra Negrin wyraża cud miłości, zaklęty w nuty białego fiołka, białego irysa i drewna cedrowego.

Eclat Toujours dla niego przywołuje atmosferę Paryża, wyrafinowana kompozycja stworzona przez Aleksandra Alienor, której nuty mięty, irysa i skóry cuir corroye oczaruje Twoje serce. Zapach dzięki któremu poczujesz magię ponadczasowej miłości.

ZYSKAJ 10 % RABATU zamawiając 2 flakony Eclat Amour i Toujours :)

Zapraszamy na wygodne zakupy w sklepie internetowym:
http://beautystore.oriflame.pl/842930

Biuro Niezależnego Konsultanta w Krzeszowicach
ul. Legionów Polskich 1 (budynek TP), I piętro
• Poniedziałek i Sobota 10⁰⁰ - 13⁰⁰ •
Wtorek i Czwartek 12⁰⁰ - 18⁰⁰ • Piątek 15⁰⁰- 17⁰⁰ •
(odbiór kosmetyków zamówionych z odbiorem do BR w OLKUSZ-2)

Biuro Regionalne w Olkuszu
ul. K. K. Wielkiego 57
Poniedziałek 15⁰⁰ - 18⁰⁰ • Środa 12⁰⁰- 18⁰⁰ (dostawa kosmetyków) • Piątek 12⁰⁰ - 18⁰⁰

Kontakt: **Małgorzata Poznańska** tel. **696-052-702**

Możesz zarejestrować się na stronie www.twoje-ori.olkusz.pl i mieć dostęp do dodatkowych promocji oraz zakupów bez marży. Będziesz mieć też możliwość dodatkowych zarobków.

NATUR HOUSE
Eksperci w reedukacji żywieniowej

OTYŁOŚĆ I NADWAGA ZABIJAJĄ POLAKÓW. TO PROBLEM, KTÓREGO NIE WOLNO DŁUŻEJ IGNOROWAĆ - OSTRZEGA DIETETYK

Otyłość powoduje nie tylko cukrzycę, otyłość jest także przyczyną wielu nowotworów. Powoduje raka jelita grubego, raka przełyku, raka macicy, raka piersi, raka prostaty, raka mózgu, a nawet szpiczaka. Jest istotnym czynnikiem choroby Alzheimera, na którą w Polsce choruje około pół miliona osób. Z tego 100 tys. przypadków to właśnie efekt otyłości. W Polsce 70% dorosłych cierpi na nadwagę lub otyłość.

Każde nadmierne 5 kg lub 5 dodatkowych centymetrów w okolicach brzucha jest problemem. Mało kto rozumie, jakie te kilogramy potrafią być groźne.

Tymczasem wystarczy zacząć działać, wykonać 1 krok - najlepsze, co można zrobić to udać się do specjalisty dietetyka.

„Większość prowadzonych przez nas kuracji to właśnie kuracje odchudzające, specjalizujemy się w tym temacie"- mówi dietetyk Natalia Jekiel z Centrum Dietetycznego NaturHouse w Chrzanowie.

„Nasza metoda jest prosta, a jednocześnie bardzo skuteczna - pacjenci chudną od 2 do 5 kg w miesiąc. Oczywiście należy zdawać sobie sprawę, że schudnięcie np. 20-30 kg będzie wymagało kilku miesięcy kuracji. Zapewniam jednak, że nasza dieta to nie głodówka!"

Nasi dietetycy przyjmują nie tylko pacjentów z problemami wagowymi, ale tworzą również diety dla osób z różnymi jednostkami chorobowymi (np. choroba Hashimoto, niedoczynność tarczycy, Insulinooporność, IBS). Układamy także diety dla dzieci od 6 roku życia oraz dla par starających się o potomstwo.

ZAUFAJ SPECJALIŚCIE NaturHouse – Nasze dietetyczki dobiorą indywidualnie plan diety, ustalą godziny posiłków oraz ziołową suplementację wspierającą proces odchudzania.

dietetyk Natalia Jekiel

Pierwsza konsultacja z dietetykiem jest bezpłatna

CHRZANÓW
ul. kard. Wyszyńskiego 17a
(przeniesiono z ul. Garncarskiej)
tel. 570 056 225

LIBIĄŻ
ul. Oświęcimska b/n
(obok stacji Lotos)
tel.: 570 057 201

Oddaj serce kuchni - pomysły na aranżację kącika kuchennego

„Przez żołądek do serca" – wiele historii miłosnych właśnie tak się zaczęło. Ale to nie jedyny powód, który przemawia za poświęceniem większej uwagi urządzaniu kuchennego wnętrza. Pięknie zaaranżowana przestrzeń sprawia, że poranna kawa wydaje się smakować lepiej, a gotowanie i przygotowywanie potraw jest dużo przyjemniejsze. Dlatego warto zaznajomić się z dostępnymi na rynku rozwiązaniami i inspiracjami. Kluczem do sukcesu może okazać się cegła, która bądź co bądź, niejedno ma imię.

„Przez żołądek do serca" – wiele historii miłosnych właśnie tak się zaczęło. Ale to nie jedyny powód, który przemawia za poświęceniem większej uwagi urządzaniu kuchennego wnętrza. Pięknie zaaranżowana przestrzeń sprawia, że poranna kawa wydaje się smakować lepiej, a gotowanie i przygotowywanie potraw jest dużo przyjemniejsze. Dlatego warto zaznajomić się z dostępnymi na rynku rozwiązaniami i inspiracjami. Kluczem do sukcesu może okazać się cegła, która bądź co bądź, niejedno ma imię.

Płytki cegłopodobne to jeden z najpopularniejszych trendów w aranżacji wnętrz. W kuchni to absolutny hit! Na ich korzyść przemawia bogactwo faktur i kolorów. Wszędzie, gdzie się pojawią budzą zachwyt, a przy tym jeszcze są trwałe i funkcjonalne. Mogą być motywem przewodnim lub stanowić przeciwwagę dla mebli. Co więcej sprawdzą się zarówno na całej powierzchni ściany, jak i jej fragmencie, na przykład jako wypełnienie przestrzeni między blatem a zawieszonymi nad nim szafkami.

Jaką cegiełkę wybrać? Naturalnie możemy postawić na ponadczasową czerwoną klasykę, np. Monsanto w systemie z szarą fugą, najpełniej oddającą autentyczny urok cegły. Czerwona barwa ociepli wnętrze i stworzy w nim niepowtarzalny klimat. Z czym ją łączyć? Takie cegiełki świetnie prezentują się w zestawieniu z innymi materiałami jak np. beton czy metal, stwarzając tym samym ogromne możliwości w zakresie aranżacji kuchni bez względu na styl, w jakim zdecydujemy się ją urządzić. To świetne tło dla białych, śmietankowych, czerwonych, szarych oraz czarnych mebli, świetne dopełnienie drewnianych blatów i dodatków. A jeśli nie czerwona cegła to jaka?

Biały uniwersalizm

Biel to od wielu sezonów numer jeden w przestrzeniach kuchennych. Płytka cegłopodobna w tym kolorze rozjaśni i powiększy optycznie wnętrze, nadając mu pożądanej nietuzinkowości. Takie możliwości otwiera przed nami płytka Loft, dostępna także w kolorze czerwonym. Jej nienachalny design, zawdzięczany miękko zaokrąglonym brzegom sprawdzi się w każdym stylu. To idealna propozycja szczególnie dla pomieszczeń o niewielkim metrażu, słabo doświetlonych, jak i tych łączących kilka funkcji, w których zależy nam na wizualnym wyznaczeniu stref. Jeśli remont planujemy przeprowadzić samodzielnie, ułatwią nam go płytki z gotową fugą Parma 1 white.

Biel wprowadza do wnętrz świeżość, ale w nadmiarze także sterylność. Jeśli zatem decydujemy się na nią w kuchni warto sięgnąć po różne faktury albo materiały. Struktura płytek zapobiegnie wrażeniu monotonii i „szpitalnemu" efektowi. Ważną rolę w takiej aranżacji odegrają także dodatki, np. podkładki, kuchenne sprzęty czy dekoracje okien. Dobierając je miejmy na uwadze, że jest to kolor neutralny i bezpieczny, możemy go w zasadzie dowolnie łączyć z innymi barwami. Jak podpowiada Robert Szybiak, Dyrektor Sprzedaży i Marketingu w firmie Stegu, biała płytka uwielbia kontrasty. Co więcej, świetnie czuje się w towarzystwie szkła i metalicznych detali. Na jej tle bardzo gustownie wypadają również połyskujące fronty. Ważny element wystroju w takich wnętrzach stanowią także oryginalne dodatki, np. lampy wieszane nad wyspą kuchenną lub stołem. Jeśli zastosujemy fugę utrzymaną w ciemnych tonach, wówczas nadamy wnętrzu bardziej wyrazistego charakteru.

Co warte podkreślenia, urok białej cegły nie musi być surowy, wręcz przeciwnie. Wystarczy zestawić ją z drewnem i już mamy przepis na piękne wnętrze w dobrym stylu. Tego typu aranżacje najlepiej prezentują się w otoczeniu dodatków w kolorach ziemi, np. beże i brązy, zielenie czy szarości.

Szara elegancja

Równie popularne jak białe, stały się także szare kuchnie. I nie chodzi tu wyłącznie o fronty szafek. Szarość gości często również na ścianach. Dobrze prezentuje się tak i na całych powierzchniach, jak i fragmencie nad blatem. Płytki cegłopodobne świetnie wpisują się w ten trend, wprowadzając do wnętrza elegancję i przyjemne dla oka wyrafinowanie. Podobnie jak w przypadku białych kuchni, planując samodzielny remont warto zwrócić uwagę na płytki dostępne w systemie z gotową fugą, np. Boston – do złudzenia przypominające naturalną cegłę i występujące aż w trzech odcieniach szarości: moonlight, grey oraz graphite. Ciekawym rozwiązaniem mogą być cienkie, podłużne płytki połączone w panel, takie jak Metro. Ich wyrazista struktura i kolorystyka podkreśli charakter wnętrza, nadając mu loftowego sznytu.

Każda tonacja cegiełki stwarza mnóstwo możliwości aranżacyjnych. W zależności od tego, z czym ją połączymy kuchnia może nabrać delikatności, wyrazistości, a nawet przysłowiowego pazura. Tak wykończone ściany możemy zestawić z ciemnymi meblami i wprowadzić do kuchni mistyczność bądź pokusić się o bardziej standardowe rozwiązanie i skontrastować płytki z jasnymi szafkami. W obu przypadkach takie wnętrze z pewności zrobi wrażenie.

– Do szarego koloru ścian świetnie pasują białe meble, stalowe wykończenia, szare obicia kanapy i foteli. By wystrój był bardziej przytulny szarą płytkę cegłopodobną możemy zestawić z drewnem – blatem czy innymi dodatkami, takimi jak np. deska do krojenia, blok na noże – mówi nasz ekspert z firmy Stegu. Kuchnia, w której pierwsze skrzypce gra szarość ciekawie prezentuje się w towarzystwie dodatków w kolorze zielonym, żółtym, błękitnym i różowym. Takie zestawienie ożywi wnętrze, natomiast jeśli zależy nam na eleganckim i klasycznym efekcie, postawmy na biel, beż lub brąz.

Rozwiązań do urządzenia kuchni jest naprawdę wiele. Wszystko zależy od naszych upodobań, ale i pomysłowości. Paleta barw i faktur płytek cegłopodobnych daje nam duże pole do popisu w kwestiach aranżacji. Tak, jak i dobrze jest eksperymentować z tworzeniem potraw, tak i dobrze jest użyć wyobraźni w kreowaniu wystroju. – Pamiętajmy jednak, że jest to pomieszczenie, w którym dużo się dzieje. Gotowanie, smażenie i wszechobecna para wodna wystawiają ściany na próbę. Przy stale utrzymującej się wysokiej wilgotności powietrza płytki gipsowe wymagają dodatkowego zabezpieczenia szybą. Tafla szkła przyda się także przy płytkach betonowych, w miejscu najbardziej podatnym na zabrudzenia takim jak przestrzeń nad kuchenką. Jednak bez względu na to, który rodzaj cegiełek wybierzemy, pamiętajmy o ich impregnacji. Zabieg ten nie tylko zapewni dodatkowe zabezpieczenie, lecz także przedłuży żywotność i odporność płytek – kończy Robert Szybiak.

❖ www.stegu.pl

IX GMINNY PRZEGLĄD KOLĘD I PASTORAŁEK W RĄCZNEJ
„Niech kolęduje z nami cała ziemia!”

W środę 15 stycznia nasza szkoła zorganizowała kolejny już IX Gminny Przegląd Kolęd i Pastorałek „Zaśpiewajmy kolędę Jezusowi dziś!” pod patronatem Wójta Gminy Liszki Pana Pawła Misia. Do udziału w Przeglądzie zgłosiło się 10 chórów ze szkół naszej gminy – łącznie 300 osób! Z uwagi na tak liczną frekwencję, część artystystyczna odbyła się w kościele parafialnym p.w. Najświętszego Serca Pana Jezusa w Rącznej. W taki to nieplanowany wcześniej sposób, dzieci wyśpiewały kolędy Dzieciątku niejako twarzą w twarz. I chyba tak miało być…

Przepięknie udekorowany świątecznie kościół w Rącznej rozbrzmiewał śpiewem i brzmieniem wielu instrumentów. Chóry zaprezentowały niezwykle różnorodny repertuar, wybierając kolędy tradycyjne, ale i te mniej znane, staropolskie i współczesne.

Po części artystycznej wszyscy udaliśmy się do szkoły, gdzie nastąpił ciąg dalszy, czyli strawa dla ciała. Po wysiłku i emocjach towarzyszącym publicznym występom, należy się przecież poczęstunek.

Pan Wójt, kierując słowa do zebranych dzieci i ich opiekunów, podkreślił wartość tradycji kolędowania w naszym kraju, dziękując za jej pielęgnowanie. Cieszymy się, iż – jak co roku – na naszą uroczystość przybyli zaproszeni goście. Dziękujemy za obecność Wójtowi Gminy p. Pawłowi Misiowi, Radnej Powiatu Krakowskiego p. Agnieszce Pyli, przestawicielom Rącznej w Radzie Gminy: p. Piotrowi Tyrce i Tomaszowi Piszowi, a także sołtysowi wsi – p. Krzysztofowi Krupie.

Na twarzach dzieci widać było wielkie przeżycie i radość zarówno podczas występów, jak i w czasie wspólnego kolędowania. Nie sposób było oprzeć się wzruszeniu, słuchając tego wielkiego chóru. Dziękujemy zarówno tym małym sercom, jak i ich opiekunom, którzy przygotowali uczniów do tegorocznego występu. Byli to nauczyciele: Aneta Kowalik, Jolanta Majka, Katarzyna Zabielska, Magdalena Korpak, Katarzyna Oramus, Justyna Dalecka, Marta Piętak, Sylwia Warchocka i Dorota Kamińska. Serdecznie Paniom dziękujemy!

W szkole na uczestników czekały nagrody ufundowane przez Pana Wójta, przy wsparciu finansowym Pana Sołtysa, Radnych Rącznej i Państwa Łukasik - rodziców naszych uczniów.

Za docenienie pracy dzieci i nauczycieli, kierujemy w ich i własnym imieniu szczere słowa wdzięczności.

Dziękujemy w sposób szczególny za udzielenie gościny, otwartość i znaczną pomoc w organizacji uroczystości Księdzu Proboszczowi Jackowi Strzeleckiemu. Dziękujemy także Panu Kościelnemu, OSP w Rącznej, rodzicom i nauczycielom naszej szkoły. Już dziś kierujemy zaproszenie na przyszłoroczny – jubileuszowy – X Przegląd Kolęd i Pastorałek.

❖ Dyrektor Szkoły Podstawowej
im. Króla Jana III Sobieskiego w Rącznej
Barbara Lelek wraz z organizatorami
www.liszki.pl

SEZON 2019 Z 16KILOBLOTA.PL ZA NAMI

A sezon ten zakończyliśmy w najlepszy możliwy sposób, czyli konkretną mocno zróżnicowaną całodniową imprezą pod tytułem „Atak na wzgórze #2". Tym razem wzgórze w centrum Jury zostało zdobyte! To był kolejny wyjazd który wypalił na 150% Pogoda zapewniła idealne warunki. Co prawda tej zimy mamy wiosnę, ale udało nam się odnaleźć trochę śniegu. Mrozu nie było więc nie zabrakło warunków do zabawy w gęstym błocie. Jak zawsze Nasz Patrol ratował z opresji tych którzy z różnych względów pozostali głęboko w kałuży.

Pierwsza połowa dnia minęła właśnie pod znakiem brodzenia w błotnych przeprawach. Po przybyciu w rejon wzniesienia które mieliśmy w planie zdobyć i szybkim poczęstunku ruszyliśmy w las. Piły i siekiery poszły w ruch gdyż tylko jedna droga na szczyt była przetarta, w dodatku szerokie Patrole nie wszędzie się mieściły. Po zdobyciu wierzchołka góry, w dół pojechaliśmy po skalnych schodach torując sobie drogę poprzez gęsty las wzdłuż linii okopów z I wojny światowej. Po powrocie do podnóża góry chętni rozpoczęli atak na strome niepokonane dotąd zbocza. Tym razem wielu uczestników dało radę pokonać podjazd bez wyciągarek. Zmęczeni i usatysfakcjonowani wróciliśmy do ogniska aby na drugie danie zjeść pyszne ziemniaki pieczone/duszone ;-)

CZYSTA JURA

Wzmocnieni posiłkiem, gdy zapadał zmrok ruszyliśmy w dalszą trasę. "Małe Bieszczady na Jurze" nocą robią fantastyczne wrażenie. Cała kolumna powoli pokonywała leśne podjazdy, zjazdy oraz wąskie wąwozy i drogi. Jak się niestety okazało czasami za wąskie dla najszerszych pojazdów i ich pokonanie wymagało współpracy i bardzo precyzyjnego pilotowania. Zgodnie z obietnicą, zwiedzaliśmy Jurę do ostatniego chętnego, najwytrwalsze załogi w Vitarach rozstały się z nami o 19:30 pokonując ostatnie kilometry z pękniętym mostem napędowym :-) Dziękujemy wszystkim za fantastyczną atmosferę, za wzajemną pomoc i wytrwałość.

Nasze najbliższe plany to nocna jazda 8.02.2020, jedziemy przecierać rejony w których nie byliśmy od wiosny, następnie pod koniec lutego kolejna niedziela w terenie. Co zafunduje nam pogoda pokażą najbliższe tygodnie, ale na pewno będzie zabawnie i emocjonująco. Wszelkie aktualności oczywiście na naszym profilu https://www.facebook.com/16kiloblota/

Zapraszamy :-)

Do zobaczenia w terenie!

tel 515 390 883 • sova@16kiloblota.pl

NELKA czeka na Twoją pomoc. Mamy czas do końca stycznia...

Krok za krokiem, noga za nogą, z komórki wychodzi Nelka. Chwilę mruży oczy, nim przyzwyczają się do tak rzadko widywanego przez nią słońca. Jej piękna, złotoruda sierść mieni się w ciepłym świetle. Kolejny skazaniec, o którego życiu i śmierci decyduje człowiek. Człowiek daje i zabiera. Nie wedle zasług czy przywiązania, ale wedle przydatności i możliwości zarabiania. To nie incydent, a proceder, z którym każdego dnia przychodzi nam się mierzyć.

My, ludzie, uprzywilejowany gatunek, możemy wszystko. Żywe, czujące zwierzęta sprowadziliśmy do roli przedmiotów użytkowych. I gdy stają się zbędne, z dnia na dzień tracą miejsce w naszym domu i życiu. Żyją, póki im na to pozwalamy. Później nie ma dla nich już nic.

Nelka ma tylko 2 lata. Nigdy nikomu nie była do szczęścia potrzebna. Sprowadzona na świat, by trafić na stół amatorów koniny, całe swoje życie spędziła w zamknięciu. Miała jeść i tyć, a nie ścigać się z wiatrem i innymi końmi.

To nie mięso, to jest Nelka. Koń skazany na rzeź.

Nie dla ciebie, Nelko, rozległe padoki. Nie w twojej grzywie zatańczą promienie zimowego słońca. Nie dla ciebie za kilka miesięcy zakwitną soczyste łąki. Dla ciebie, Nelko, jest rzeźnicki nóż. Takie konie jak ty rodzą się z wyrokiem śmierci… Po to tu przyszłaś, dziś musi dopełnić się twoje przeznaczenie. Już idzie po ciebie śmierć…

Nelka to jeszcze dziecko. Może żyć. Ale czy ktokolwiek zechce pomóc? Czy kogoś wzruszy los tego skazanego na rzeź konia?

Jeśli możesz, to pomóż go ratować.

Nelka jest duża i ciężka – potrzeba 8450 zł, by za nią zapłacić. Potrzeba też 1100 zł na transport. Potrzebne są też środki na odrobaczenie, szczepienie, kowala.

Nelka będzie czekała na pomoc do końca stycznia.

W Tobie jedyna dla niej nadzieja…
Dokonaj darowizny z imieniem NELKA
na PKO BP
15 1020 5226 0000 6002 0220 0350
Możesz pomóc też pomóc wysyłając SMS o treści NELKA
pod numer 7412 i pobierając tapetę (koszt 4,92 z VAT).

KMK

F.H.U. KMK MICHAŁ KARPIEL
UL. GDYŃSKA 10, 31-323 KRAKÓW
tel.: 12 415 96 64
e-mail: kmk@oknoplast.com.pl

OKNOPLAST

Agmar cerpol perfecta

STOLARNIA ADAM NITUS BRAMY OKNA DRZWI DUDEK GROUP

OFERUJEMY:

- OKNA PVC
  DREWNIANE I ALUMINIOWE
- DRZWI
  WEWNĘTRZNE I ZEWNĘTRZNE
- BRAMY GARAŻOWE
- PARAPETY WEWNĘTRZNE
  PVC, MDF, KONGLOMERAT MARMUROWY
- PARAPETY ZEWNĘTRZNE
  STALOWE I ALUMINIOWE
- ROLETY ZEWNĘTRZNE
  STEROWANIE RĘCZNE I AUTOMATYCZNE
- ROLETKI MATERIAŁOWE
- ŻALUZJE PLISOWANE
- OGRODY ZIMOWE
- MOSKITIERY

Na zdjęciu zwycięska drużyna LKS Victoria Zalas oraz trener Marcin Kapusta.

Victoria Zalas Kids Drużyną Roku powiatu krakowskiego!

Kilka dni po otrzymaniu nominacji do Nagrody Burmistrza Gminy Krzeszowice "Źródło Sukcesu", sekcja piłkarska dziecięca LKS Victoria Zalas udała się do Krakowa.

Młodzi zawodnicy otrzymali zaproszenie na uroczystą galę "Dziennika Polskiego" i Gazety Krakowskiej" w Karcher Hala Cracovii, podczas której laureaci plebiscytu Sportowiec Małopolski 2019 odbierali nagrody, medale i puchary.

Victoria Zalas Kids zdobyła w etapie powiatowym plebiscytu I miejsce w kategorii najlepsza Drużyna Roku w powiecie krakowskim. Uzyskanie tak ważnej nagrody jest dla wszystkich satysfakcją, jak i bodźcem do stawiania kolejnych kroków w karierze. Młodzi piłkarze przeżyli niezapomniana przygodę, mogli się poczuć jak prawdziwi wielcy sportowcy. Mieli m.in. okazję do rozmowy z Panem Edwardem Kubackim i Panem Bronisławem Stoch - ojcami naszych wyjątkowych skoczków.

❖ Urszula Florian

Sztuka (aranżacyjnego) ocieplania wnętrz

Za oknem jeszcze ciemno, ciepła kołdra przyjemnie ciąży, pod powiekami błądzi sen… I nagle słyszysz TEN dźwięk. Tak, to on. Znów ten nieznośny budzik! Półprzytomnie, ospale zdejmujesz nogi z łóżka i właśnie w tym momencie twoja stopa trafia na zimną podłogę… A wystarczyłby mały dywanik, by poranne wstawanie było o niebo przyjemniejsze. Patentów na ocieplenie wnętrza jest mnóstwo. Warto je zastosować, by zdecydowanie ułatwić sobie przetrwanie chłodnych miesięcy.

Wśród najbardziej aktualnych i popularnych trendów wnętrzarskich wysoką pozycję zajmują aksamit, welur, imitacja futra, miękka włóczka oraz wykonane z niej plecionki. To też materiały, które idealnie nadają się do ocieplenia wnętrza – nie tylko wizualnego, ale i tego bardziej dosłownego. Pomagają bowiem w utrzymaniu wyższej temperatury, a także doskonale wygłuszają wnętrze, co nadaje mu większej przytulności.

– Futra, aksamity i wełna zazwyczaj występują w postaci dodatków – np. jako pufy, koce czy poduszki, ale mogą także dominować w pomieszczeniu, jeśli np. wykonane jest z nich obicie mebli albo potężne zasłony. Zanim jednak pójdziemy na zakupy zainspirowane modnymi wnętrzami znanymi z mediów społecznościowych, warto poświęcić chwilę na to, by zastanowić się, który „wnętrzoocieplacz" okaże się nie tylko ładny, ale też przydatny – radzi specjalistka związana z marką KiK.

Podczas układania planu działania warto pomyśleć, w którym pomieszczeniu spędzamy aktualnie najwięcej czasu i gdzie faktycznie przydałaby nam się taka mała metamorfoza. Jeśli w te długie, zimowe wieczory nie ruszamy się z kanapy to może warto skupić się na poszukiwaniu idealnego koca i poduszek. **– Powinien być odpowiednio duży, by móc wygodnie się nim okryć i oczywiście przyjemny w dotyku. Do tego 2-3 poduszki w ulubionych kolorach i możemy spędzić na sofie całe popołudnie, czytając, oglądając seriale, robiąc na drutach, grając w gry, a nawet wygodnie drzemiąc** – podpowiada ekspertka KiK.

A może problemem jest niesprecyzowane wrażenie „nieprzytulności" sypialni czy pokoju dziennego? **– To częsty problem zwłaszcza tych osób, które wynajmują mieszkanie lub pokój i mają ograniczoną możliwość jego urządzenia. W tej sytuacji ratunkiem mogą się okazać różnego rodzaju miękkie pufy, siedziska i poduchy. Nie zajmują dużo miejsca i łatwo je przenosić z jednego końca pokoju w drugi. Poza tym nie kosztują wiele, a wyglądają efektownie, pozostając przy tym bardzo praktycznymi (problem, gdzie „posadzić" gości, którzy przyszli na planszówki, rozwiązany!)** – wyjaśnia specjalistka KiK.

Nie zapominajmy też o zasadniczym problemie długich zimowych miesięcy – niskiej temperaturze, którą możemy odczuć szczególnie na wspomnianej już podłodze. I tu przychodzą nam z pomocą wszelkiego rodzaju dywaniki i makatki – chyba najprostszy sposób, by ocieplić wnętrze. Nie są tak wymagające ani kosztowne jak dywany, łatwo znaleźć dla nich miejsce – przy łóżku, ale też pod biurkiem lub stolikiem obok kanapy, a nawet na ścianie nad łóżkiem w formie lekkiego, niewielkiego zagłówka, czy przed kabiną prysznicową w łazience. Poza „termicznymi" właściwościami mają jeszcze jedną zaletę – potrafią wyglądać bardzo efektownie i nadać wnętrzu charakteru.

– Szczególnie wdzięczne i przyjemne w dotyku, a przy tym uniwersalne są dywaniki z imitacji futra. Pasują zarówno do minimalistycznych wnętrz, jak i takich urządzonych w bardziej tradycyjnym, a także eleganckim czy rustykalnym stylu – podpowiada ekspertka KiK.

Dywaniki, koce, kapy, narzuty i poszewki na poduszki mają to do siebie, że równie łatwo

ocieplić z ich pomocą wnętrze, co odmienić je… pozbywając się ich. Jesienią czy zimą futrzane, wełniane i aksamitne akcenty są bardzo pożądane, ale latem, kiedy panuje upał, już mniej. Na szczęście można je bez problemu błyskawicznie zwinąć i schować do szafy. To się nazywa dobrze przemyślana aranżacja!

kik

GWAREK NIERUCHOMOŚCI

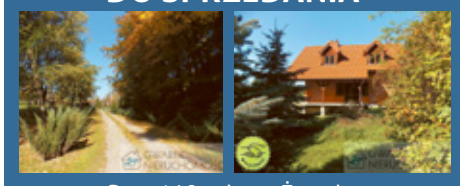
tel.: **796 351 499**
biuro@gwarek-nieruchomosci.pl
www.gwarek-nieruchomosci.pl

Siedziba biura:
Krzeszowice, ul. Legionów Polskich 1
(budynek „Pasaż TP")

DO SPRZEDANIA

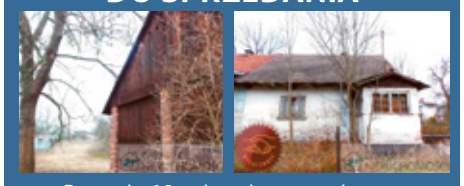
Komfortowy dom 340 m kw plus garaż 54 m kw w Chrzanowie położony na pięknej 36 a działce.
Cena: 1.290 tys. PLN.

DO SPRZEDANIA



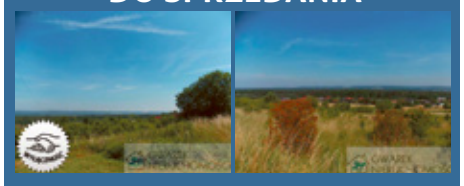
Dom 140 m kw w Żarach, gm. Krzeszowice, działka 14 a, przepiękne miejsce.
Cena: 420 tys. PLN.

DO SPRZEDANIA



Dom ok. 60 m kw. do generalnego remontu plus stodoła ok. 70 m kw w dobrym stanie na 33 a działce w Morawicy.
Cena: 250 tys. PLN.

DO SPRZEDANIA

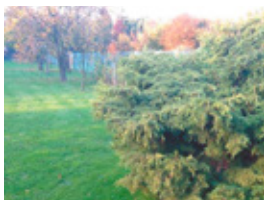


piękne położona, widokowa budowlano-rolna działka o pow. 91 a w Rudnie, gm. Krzeszowice.
Cena: 450 tys. PLN.

DO SPRZEDANIA
działka budowlana w zacisznym miejscu o pow. 26 a w Brodłach, gm. Alewrnia.
Cena: 139 tys. PLN.

DO SPRZEDANIA
dom 180 m kw w Filipowicach, działka 13 a.
Cena: 319 tys. PLN.

DO SPRZEDANIA
dom dwurodzinny 150 m kw w Szklarach, działka 20 a.
Cena: 719 tys. PLN.



DO SPRZEDANIA
ogrodzona, zagospodarowana działka budowlano-usługowa o pow. 11 a w Brzezince, gm. Zabierzów.
Nowa cena: 149 tys. PLN.

DO SPRZEDANIA
piękna działka budowlana 38 a w Siedlcu, z widokiem na Tatry.
Nowa cena: 199 tys. PLN.

DO SPRZEDANIA
dom 230 m kw plus warsztat 150 m kw w Nowej Górze, działka 6 a.
Cena: 380 tys. PLN.

DO SPRZEDANIA
stylowy dom ok. 300 m kw Tenczynku, położony na pięknie zaaranżowanej działce 14 a.
Cena: 1.370 tys. PLN.

DO SPRZEDANIA
nietuzinkowa działka o pow. ok. 22 a w Zalasie
Cena: 109 tys. PLN.

DO SPRZEDANIA
zadbany dom o pow. 240 m kw na działce 12 a w centrum Zabierzowa.
Cena: 450 tys. PLN.

DO SPRZEDANIA
świetnie usytuowana komunikacyjnie działka budowlana 23 a w Nieporazie gm. Alwernia.
Cena: 82 tys. PLN.

DO SPRZEDANIA
działka budowlana w pięknym miejscu, o pow. 60 a, w Rudnie gm. Krzeszowice.
Cena: 399 tys. PLN.

DO SPRZEDANIA
dom 120 m kw w stanie surowym w Alwerni, działka 5 a. Zaciszne miejsce, rozległe widoki.
Cena: 249 ty. PLN.

DO SPRZEDANIA
dom 100 m kw plus warsztat 120 m kw w Zabierzowie, działka 3 a.
Cena: 445 tys. PLN.

DO SPRZEDANIA
dom w stanie surowym 168 m kw, działka 14 a w przepięknym widokowym miejscu w Krzeszowicach
Cena: 445 tys. PLN.

DO SPRZEDANIA
działka budowlana w spokojnym miejscu o pow. 11 a w Jeziorzanach, gm. Liszki.
Nowa cena: 90 tys. PLN.

DO SPRZEDANIA
dom w Tenczynku o powierzchni całkowitej 140 m kw. na działce 4 a.
Cena: 450 tys. PLN.

DO SPRZEDANIA
dom 63 m kw w Rudnie, obok Tenczynka, działka 15 a.
Cena: 170 tys. PLN.

DO SPRZEDANIA
odrębne mieszkanie ok. 90 m kw. w domu w Nowej Górze, z garażem i pomieszczeniem gospodarczym.
Cena: 170 tys. PLN.

DOMY / MIESZKANIA NA SPRZEDAŻ

1. Mieszkanie 90 m kw w domu w Nowej Górze. Cena: 170 tys. PLN.
2. Dom 150 m kw w Szklarach, działka 20 a. Cena: 719 tys. PLN.
3. Dom 120 m kw w Alwerni, działka 5 a. Cena: 249 ty. PLN.
4. Dom 120 m kw w Myślachowicach, działka 3 a. Cena: 245 tys. PLN.
5. Dom 200 m kw w Filipowicach, działka 13 a. Cena: 319 tys. PLN.
6. Dom 140 m kw w Żarach, działka 14 a. Cena: 420 tys. PLN.
7. Dom 240 m kw w Zabierzowie , działka 12 a. Cena: 450 tys. PLN.
8. Dom 60 m kw w Morawicy, działka 33 a. Cena: 150 tys. PLN.
9. Dom 70 m kw w Morawicy, działka 33 a. Cena: 150 tys. PLN.
10. Dom 240 m kw w Czułowie, działka 60 a. Cena: 950 tys. PLN.
11. Dom 160 m kw w Siedlcu, działka 9 a. Cena: 930 tys. PLN.
12. Dom 230 m kw w Nowej Górze, działka 6 a. Cena: 380 tys. PLN.
13. Dom 300 m kw w Tenczynku, działka 14 a. Cena: 1.370 tys. PLN.
14. Dom 160 m kw w Rudnie koło Tenczynka, działka 29 a. Cena: 395 tys. PLN.
15. Dom 63 m kw w Rudnie koło Tenczynka, działka ok. 15 a. Cena: 170 tys. PLN.
16. Dom 308 m kw w Rudnie koło Tenczynka, działka 30 a. Cena: 1.390 tys. PLN.
17. Dom 168 m kw w Krzeszowicach, działka 14 a. Cena: 445 tys. PLN.
18. Dom 380 m kw w Krzeszowicach plus budynek użytkowy z dwoma mieszkaniami, działka 6,5 a. Cena: 460 tys. PLN.
19. Dom 340 m kw w Chrzanowie, działka 36 a. Cena: 1.290 tys. PLN.
20. Dom w Radwanowicach z przeznaczeniem do wyburzenia lub totalnego remontu na działce budowlano-usługowej M1U, o pow. 16 a. Cena: 200 tys. PLN.

DZIAŁKI NA SPRZEDAŻ

21. Działka budowlano-rolna 91 a w Rudnie. Cena: 450 tys. PLN.
22. Działka budowlana 17 a w Rudnie. Cena: 136 tys. PLN.
23. Działka budowlana 60 a w Rudnie. Cena: 399 tys. PLN.
24. Działka budowlana 43 a w Rudnie. Cena: 236 tys. PLN.
25. Działka budowlana 10 a w Siedlcu. Cena: 200 tys. PLN.
26. Działka budowlana o pow. 16 a w Woli Filipowskiej. Cena: 104 tys. PLN.
27. Działka budowlana 11,2 a w Siedlcu k/Krzeszowic. Cena: 125 tys. PLN.
28. Działka budowlana 23,7 a w Siedlcu k/Krzeszowic. Nowa cena: 230 tys. PLN.
29. Działka budowlana 38 a w Siedlcu. Nowa cena: 199 tys. zł.
30. Działka budowlana 14 a w Tenczynku. Cena: 125 tys. PLN.
31. Działka budowlana 17,5 a w Tenczynku. Cena: 161 tys. PLN.
32. Działka budowlana 24,5 a w Tenczynku. Cena: 219 tys. PLN.
33. Działka budowlana 15 a w Tenczynku. Cena: 230 tys. PLN.
34. Działka budowlana 25 a w Tenczynku. Cena: 169 tys. PLN.
35. Działka budowlana 15,8 a w Sance. Cena: 169 tys. PLN.
36. Działka budowlana ok. 17 a w Nowej Górze. Cena: 129 tys. PLN. Jest możliwość zakupu działki ze stodołą, która może w przyszłości pełnić rolę garażu oraz dodatkowymi 3 a działki.
37. Działka budowlana 12 w Nowej Górze. Cena: 120 tys. PLN.
38. Działka budowlana 8,5 a w Miękini gm. Krzeszowice. Nowa cena: 59 tys. PLN.
39. Działka budowlana 23 a w Miękini, gm. Krzeszowice. Cena: 130 tys. PLN.
40. Działka budowlana 32 a w Rudawie. Cena: 426 tys. PLN.
41. Działka budowlano-usługowa 13,5 a w Młynce gm. Zabierzów. Nowa cena: 159 tys. PLN.
42. Działka budowlana 19 a w Szczyglicach. Cena: 342 tys. PLN.
43. Działka budowlana 10 a w Burowie. Nowa cena: 149 tys. PLN.
44. Działka budowlana 11 a w Brzezince. Nowa cena: 150 tys. PLN.
45. Działka budowlano-usługowa 14,5 a w Brzoskwini. Cena: 155 tys. PLN.
46. Działka budowlano-usługowa M1U 8 a w Kobylanach. Cena: 160 tys. PLN.
47. Działka budowlano-usługowa M1U 20 a w Kobylanach. Cena: 360 tys. PLN.
48. Działka budowlano-usługowa 17,5 a w Wierzchowiu. Cena: 210 tys. PLN.
49. Działka 24 a w Ściejowicach. Cena: 240 tys. PLN.
50. Działka budowlana 11 a w Jeziorzanach. Cena: 90 tys. PLN.
51. Działka budowlana 27 a w Mnikowie. Nowa cena: 225 tys. PLN.
52. Działka bud-usł. 24 a w Rybnej. Cena: 245 tys. PLN.
53. Działka budowlana 14,5 a w Zagaciu. Cena: 89 tys. PLN.
54. Działka budowlana 23 a w Nieporazie. Cena: 82 tys. PLN.
55. Działka budowlana o 26 a, w Brodłach, gm. Alwernia. Cena: 139 tys zł.
56. Działka budowlana 10 a w Nieporazie Cena: 75 tys. PLN.
57. Działka budowlana 18 a w Alwerni. Cena: 239 tys. PLN
58. Działka budowlana 15 a w Łazach gm. Jerzmanowice-Przeginia. Nowa cena: 119 tys. PLN.

BUDYNKI / LOKALE KOMERCYJNE NA SPRZEDAŻ

59. Dom ok. 100 m kw. (wynajem pokoi dla pracowników), z warsztatem ok. 120 m kw w Zabierzowie, działka 3 a. Cena: 445 tys. PLN.
60. Budynek użytkowy położny 4 km od Krzeszowic, pow. 178 m kw, działka 3 a. Cena: 185 tys. PLN.

DZIAŁKI KOMERCYJNE NA SPRZEDAŻ

61. Działka usługowo budowlana, w Krakowie, przy ul. Kobierzyńskiej, o powierzchni 770 m kw. Wydane warunki zabudowy (WZ) na budynek handlowo usługowy z częścią mieszkalną.Cena: 1.200 tys. PLN.
62. Ogrodzona działka 4200 m kw. w Balicach, pod usługi, zakład produkcyjny. W pobliżu autostrady A4. Dojazd dla TIR. Cena: 1.385 tys. PLN
63. Działka budowlano-usługowa 13,5 a, przy drodze krajowej nr 79 w Młynce gm. Zabierzów. Cena: 159 tys. PLN.
64. Działka usługowo-budowlana 8 a w Wierzchowiu. Cena: 120 tys. PLN. Możliwość dokupienia 29 a działki rolnej. Cena do uzgodnienia.
65. Działka budowlano-usługowa M1U, o pow. 16 a w Radwanowicach. Na działce dom ok 140 m kw do wyburzenia lub remontu. Cena: 200 tys. PLN.
66. Działka bud- usł. 24 a w Rybnej. Cena: 245 tys. PLN.
67. Działka budowlana 14,5 a w Zagaciu. Cena: 89 tys. PLN.
68. Działki usł-bud: 2x 15 a w Kochanowie. Cena: 260 tys. PLN (podana cena dotyczy działki 15 a).
69. Działka usł - bud, 7,5 a. w Kochanowie Cena: 158 tys. PLN.
70. Działka bud-usł 64 a w Zabierzowie. Cena: 880 tys. PLN.
71. Działka budowlano-usługowa M1U 8 a w Kobylanach. Cena: 160 tys. PLN.
72. Działka budowlano-usługowa M1U 20 a w Kobylanach. Nowa cena: 360 tys. PLN.

DOMY / MIESZKANIA DO WYNAJĘCIA

DLA PRACOWNIKÓW

73. Dół domu w Krakowie - Bieżanów, okolice ul. Sucharskiego, dla max 10 osób. 5 pokoi dwuosobowych, kuchnia, łazienka z prysznicem. Cena dotyczy 2 osób (pokój dwuosobowy), powyżej pół roku najmu, obejmuje wszystkie media oraz ogrzewanie w okresie grzewczym. 1000 zł / m-c / 2 osoby
74. Dwa pokoje 3-osobowe, umeblowane, kuchnia, łazienka w Rudawie gm. Zabierzów. W cenie media i ogrzewanie w okresie grzewczym za miesiąc. Cena 1350 zł / m-c / za 1 pokój 3 osobowy
75. 2 połączone przejściem pokoje w domu w Woli Filipowskiej da 1-2 osób. Cena: 800 zł/m-c.
76. 3-osobowy pokój w domu w Krzeszowicach. Cena dot. 3 osób - 1100 PLN / m-c.
77. Pokój 2-osobowy w Krzeszowicach. Cena: 500 PLN.

BUDYNKI / LOKALE KOMERCYJNE DO WYNAJĘCIA

78. Lokal usł-biur, ok. 50 m kw. w Czubrowicach. Cena: 700 PLN / m-c.
79. Lokal usł-biur, ok. 100 m kw. w Czubrowicach. Cena: 1500 PLN / m-c.
80. Lokal usł-biur, ok. 180 m kw. w Racławicach. Cena: 1500 PLN / m-c.

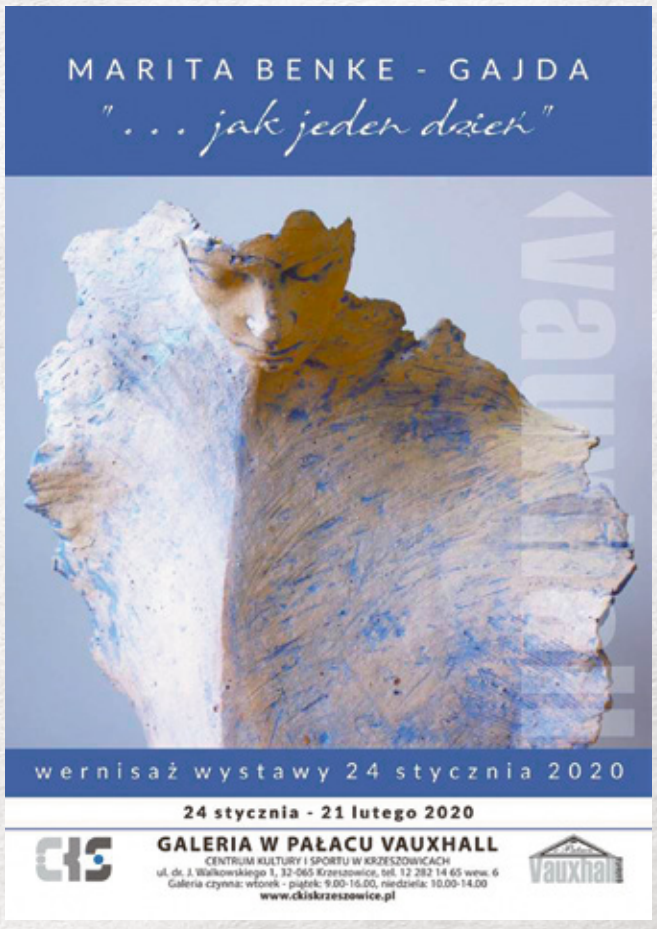
POSZUKUJEMY DOMÓW DO ZAMIESZKANIA LUB REMONTU
tel. 796 351 499
biuro@gwarek-nieruchomosci.pl

Chcesz sprzedać / wynająć swoją nieruchomość?
Proponujemy darmową publikację na łamach „Gwarka".
Szczegóły: tel. 796-351-499

Powyższe ogłoszenia nie stanowią oferty w rozumieniu przepisów Kodeksu Cywilnego, a dane w nich zawarte mają charakter wyłącznie informacyjny.

WYDARZENIA KULTURALNE, IMPREZY, SPOTKANIA

KRZESZOWICE



CHRZANÓW

ZABIERZÓW

TRZEBINIA

Kino "Sokół" w Trzebini zaprasza

„MAYDAY"
• 22.01, 23.01 - 18:00 •
czas trwania: 110 min., komedia, Polska; cena biletów - 16 zł i 14 zł

„O YETI!" (dubb. pl)
• 22.01, 23.01 - 16:00 •
czas trwania: 90 min., animacja, USA; cena biletów - 16 zł i 14 zł

„PSY 3. W IMIĘ ZASAD"
• 22.01, 23.01, 24.01, 25.01, 26.01, 28.01, 29.01, 30.01 - 20:15 •
czas trwania: 129 min., sensacyjny, Polska; cena biletów - 16 zł i 14 zł

„OBYWATEL JONES" (napisy pl)
• 24.01, 25.01 - 18:00 • 26.01 - 17:00 • 29.01 - 17:30 •
czas trwania: 120 min., thriller/dramat, Polska/W.Brytania, cena biletów- 16 zł i 14 zł

„KULT. FILM"
• 24.01, 25.01 - 16:00 • 28.01 - 17:30 • 30.01 - 17:30
czas trwania: 90 min., dokumentalny/muzyczny, Polska; cena biletów - 16 zł i 14 zł

FERIE W KINIE: „BARANEK SHAUN FILM. FARMAGEDDON" (dubb pl)
• 28.01, 30.01 - 09:30 • 29.01, 31.01, 01.02 - 15:00 •
czas trwania: 90 min., animowany, W.Brytania; cena biletów - 7 zł

FERIE W KINIE: „RODZINA ADDAMSÓW" (dubb pl)
• 28.01, 30.01 - 15:00 • 29.01, 30.01 - 09:30 •
czas trwania: 90 min., animowany, USA; cena biletów - 7 zł

FERIE W KINIE: „ŚNIEŻNA PACZKA" (dubb pl)
• 04.02, 06.02 - 09:30 • 05.02, 09.02 - 15:00 •
czas trwania: 90 min., animowany, USA; cena biletów - 7 zł

FERIE W KINIE: „PASKUDY. UGLY DOLLS" (dubb pl)
• 04.02, 06.02, 08.02 - 15:00 • 05.02, 07.02 - 09:30 •
czas trwania: 90 min., animowany, USA; cena biletów - 7 zł

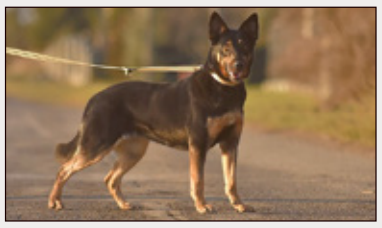
W trzebińskim kinie Sokół działa już rezerwacja online! Zapraszamy!
http://kino.tck.trzebinia.pl/

PODOPIECZNI FUNDACJI CZŁOWIEK DLA ZWIERZĄT SZUKAJĄ DOMU

ZNAJDŹ FUNDACJĘ NA FB I DOWIEDZ SIĘ WIĘCEJ

KORA

Łagodna, poczciwa, prawdziwa psia przyjaciółka. Po pięcioletniej niewoli na łańcuchu nadrabia teraz cieszeniem się życiem tak jakby przypomniał jej się wiek szczenięcy. Dużo rodziła, a jeden ze szczeniaków przywiązany też na łańcuchu oplątał się nim i udusił. Człowieka kocha ponad wszystko i mogłaby zamieszkać z dziećmi, chociaż brakuje jej trochę ogłady, na smyczy ciągnie jak parowóz :) Ciekawa świata i nowych jego zapachów. Dogaduje się z innymi psami bez problemów, reakcji na koty nie znamy. Kora jest przygotowana do adopcji (szczepienia, chip, sterylizacja). Czeka na nowy dom w naszym fundacyjnym przytulisku w Łętkowicach Kolonii (okolice Krakowa). Tel. 783553197.



AKSA

Pogodna, serdecznie nastawiona do ludzi, bardzo ruchliwa i wszechdobylska. Trochę zwariowana :), ale pozytywnie. No cóż prawo wieku, bo Aksa jest młodą suczką. Szybko się uczy, więc przy odpowiednim prowadzeniu będzie świetnym i bezproblemowym psem. Aksa ma około 2-3 lata, waży 32 kg, jest przygotowana do adopcji. Czeka na odpowiedzialny dom w naszym fundacyjnym przytulisku w Łętkowicach Kolonii (okolice Krakowa). Tel. 783553197.

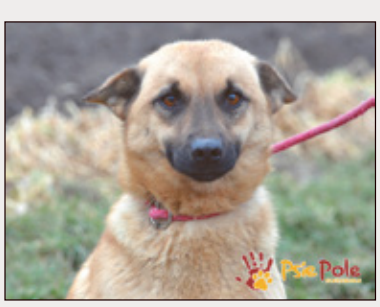
MISIA

Dziewczyna bardzo ''ekonomiczna''. Je garsteczkę, ale jak wykorzystuje... :) Może Misia uznała, że chude lata ma już za sobą? Żyła samotnie błąkając się po małej miejscowości. Później oszczeniła się w opuszczonej stodole... Nie pozwalała na zbliżenie człowieka, złapana do klatki łapki. Szybko otworzyła się na ludzi i kocha wszystkich całą sobą. Jest radosna i bardzo ruchliwa. Misia ma około 3 lata, waży 12 kg, jest przygotowana do adopcji. Czeka na dom w naszym fundacyjnym przytulisku w Łętkowicach Kolonii (okolice Krakowa) Tel. 783553197.

JEŚLI NIE MOŻESZ DAĆ ZWIERZAKOM DOMU, WSPOMÓŻ FINANSOWO ICH UTRZYMANIE.
BANK SPÓŁDZIELCZY W SŁOMNIKACH 78 86140001 0010 0147 5971 0001. KONTO PAYPAL CZLOWIEKDLAZWIERZAT@GMAIL.COM
W TYTULE MOŻNA WPISAĆ OPIEKA WIRTUALNA I PODAĆ IMIĘ WYBRANEGO ZWIERZAKA.

NA WŁASNY, KOCHAJĄCY DOM CZEKAJĄ TAKŻE ZWIERZAKI ZE SCHRONISKA PSIE POLE

Zapraszamy na nową stronę internetową schroniska: www.schroniskopsiepole.pl



LISENKA

Przedstawiamy Lisenkę - jasno-rudą, bardzo pozytywnie nastawioną do opiekunów sunię. Lisenka jest niewielka - waży około 11-12 kg i bardzo młodziutka - nie ma jeszcze roku. Potrafi chodzić na smyczy, jest niebywale grzeczna. Lisenka bardzo zwraca uwagę na gesty, jest uległa, ale nie wylękniona. Kilka dni w nowym domu i z całą pewnością będzie wesoło merdać ogonkiem na powitanie. Sunia jest śliczna, kochana, bardzo urocza. Prosimy o dobry i kochający dom dla tej małej ślicznotki.

LIONEK

Przedstawimy Lionka - super fajnego, radosnego, bardzo pogodnego psiaka. Lionek to psiak duży, waży ponad 35 kg. Jest bardzo młody, ma około 1-1,5 roku, na pewno nie więcej. Rozpiera go energia, ale jest tak uroczy i pozytywnie nastawiony do opiekunów, że nie da się go nie lubić. Lionek potrafi chodzić na smyczy, ciężko mu zostać na miejscu, ale jest pojętny i można nad nim szybko zapanować. Psiak doskonale współpracuje z opiekunami, świetnie się szkoli. Prosimy o dom dla Lionka. To fantastyczny, pozytywny zwierzak, który bardzo potrzebuje prawdziwego domu.

KOTKA KEJA

Przedstawiamy przepiękną, bardzo oryginalnie umaszczoną kotkę Keję. Keja jest kicią grzeczną, spokojną, przyjazną. Ma super apetyt, jest bezproblemowa. Kicia ma żółte oczka, którymi z tęsknotą spogląda za człowiekiem. Obecnie ma około 5-7 lat, na pewno nie więcej. Jest zadbana, w dobrej kondycji, czyściutka, pięknie pielęgnuje swoje futerko. Waży około 4 kg. Kicia nie najlepiej znosi schronisko. Pomimo, iż staramy się jej zapewnić odpowiednią ilość głaskania i przytulania, nic nie zastąpi troskliwego domu. Keja potrzebuje opiekuna, na nogach którego będzie mogła mruczeć, przytulać się i łasić. Na pewno nie będzie mieć tendencji do niszczenia. To spokojna, zrównoważona koteczka. Prosimy o dobry dom dla tej kochanej koteczki.

Zwracamy się o wsparcie poprzez przekazanie naszym zwierzaczkom karmy w puszkach - dla kociąt i szczeniąt oraz dla staruszków. To zwierzaki, które mają szczególne potrzeby i za każdą przekazaną puszkę będziemy niezmiernie wdzięczni.

Zapraszamy do naszego schroniska. Jeśli znajdą Państwo zwierzaka, który skradnie Państwa serce pomożemy z transportem do nowego domu na rozsądną odległość. Schronisko znajduje się w Racławicach koło Miechowa w woj. małopolskim (około 40 km od Krakowa). Wszystkie zwierzęta z naszego schroniska są przed adopcją sterylizowane lub kastrowane i poza względami medycznymi nie ma od tego odstępstwa. Informujemy, że nie wydajemy zwierząt na łańcuch, ani szczeniąt na zewnątrz. W sprawie adopcji prosimy o kontakt telefoniczny pomiędzy 8.00 a 20.00. Chętnie odpowiemy na Państwa pytania.

Tel: 793 993 779 *(Smsów nie otrzymujemy)* **schroniskopsiepole.pl**

KRUK

FIRMA POGRZEBOWA

KWIACIARNIA

32-085 MODLNICZKA
UL. KASZTANOWA 14
(skrzyżowanie Rząska – Brzezie na trasie Kraków – Zabierzów)

OBSŁUGA KLIENTÓW
PONIEDZIAŁEK - PIĄTEK 8.00-20.00
SOBOTA 8.00-16.00

OBSŁUGUJEMY POGRZEBY NA WSZYSTKICH CMENTARZACH KOMUNALNYCH I PARAFIALNYCH W KRAKOWIE ORAZ POZA MIASTEM

INFORMACJA CAŁODOBOWA
tel. 12-637-88-76
tel. 12-285-42-13
PRACOWNIK DYŻURNY

info@kruk90.eu
www.krukpogrzeby.pl
www.kwiaciarniakruk.com.pl

KAMIENIARSTWO

32-080 ZABIERZÓW
UL. CMENTARNA 22
(obok cmentarza parafialnego)

GODZINY OTWARCIA
(KWIECIEŃ - PAŹDZIERNIK)
PONIEDZIAŁEK-PIĄTEK 8.00-17.00
SOBOTA 8.00-12.00
(LISTOPAD - MARZEC)
PONIEDZIAŁEK-PIĄTEK 8.00-15.00
SOBOTA NIECZYNNE

• NAGROBKI, GROBOWCE, PIWNICE
• LITERNICTWO, ZDJĘCIA
• SCHODY, PARAPETY, BLATY
• NIETYPOWE ZAMÓWIENIA

KONTAKT
tel. 12-257-79-59
tel. 693-756-023

kamkruk@op.pl
www.kamieniarstwokruk.pl

bezpłatny miesięcznik informacyjno-reklamowy gwarek małopolski

Wydawca:
"Gwarek" Media & Nieruchomości Sylwia Mossakowska
Biuro redakcji:
32-065 Krzeszowice, ul. Legionów Polskich 1
tel. 696 595 118, 796 351 499
Redaktor naczelna: **Sylwia Mossakowska**
Skład i łamanie: **Justyna Kurdyła**
Druk: **Agora Poligrafia Sp. z o.o.**

"Gwarek Małopolski" jest kolportowany na obszarze gmin: Jerzmanowice-Przeginia, Krzeszowice, Liszki, Wielka Wieś i Zabierzów. W miejscowościach: Czubrowice, Gotkowice, Jerzmanowice, Przeginia, Racławice, Sąspów, Szklary (Gmina Jerzmanowice-Przeginia), Czerna, Dubie, Filipowice, Frywałd, Krzeszowice, Miękinia, Nowa Góra, Nawojowa Góra, Ostrężnica, Paczółtowice, Rudno, Sanka, Siedlec, Tenczynek, Wola Filipowska, Zalas, (Gmina Krzeszowice), Baczyn, Budzyń, Cholerzyn, Chrosna, Czułów, Jeziorzany, Kaszów, Kryspinów, Liszki, Mników, Morawica, Piekary, Rączna, Ściejowice (Gmina Liszki), Bębło, Będkowice, Biały Kościół, Czajowice, Giebułtów, Modlnica, Modlniczka, Szyce, Tomaszowice, Wielka Wieś, Wierzchowie (Gmina Wielka Wieś), Aleksandrowice, Balice, Bolechowice, Brzezie, Brzezinka, Brzoskwinia, Burów, Karniowice, Kleszczów, Kobylany, Kochanów, Niegoszowice, Nielepice, Pisary, Radwanowice, Rudawa, Rząska, Szczyglice, Ujazd, Więckowice, Zabierzów, Zelków (Gmina Zabierzów) - w instytucjach użyteczności publicznej, firmach oraz sklepach.

"Gwarek Małopolski" ściśle współpracuje z "Gwarkiem Olkuskim", bezpłatnym dwutygodnikiem informacyjno-reklamowym, kolportowanym w Powiecie Olkuskim na obszarze miast i gmin: Bukowno, Bolesław, Klucze, Olkusz, Trzyciąż i Wolbromoraz „Gwarkiem Zawierciańskim" - bezpłatnym miesięcznikiem informacyjno-reklamowym kolportowanym w Powiecie Zawierciańskim na obszarze miast i gmin: Irządze, Kroczyce, Łazy, Ogrodzieniec, Pilica, Poręba, Szczekociny, Włodowice, Zawiercie oraz Żarnowiec.

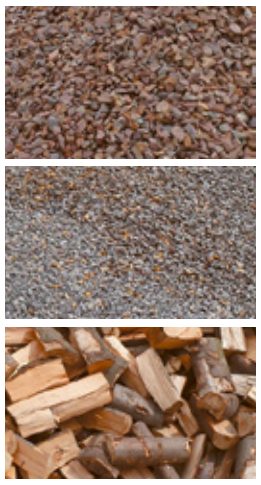
Redakcja nie ponosi odpowiedzialności za treść zamieszczanych ogłoszeń. Redakcja nie zawsze zgadza się z poglądami wyrażanymi na łamach "Gwarka Małopolskiego". Redakcja odmówi opublikowania ogłoszeń lub reklam sprzecznych z prawem lub zasadami współżycia społecznego (dobrymi obyczajami). Redakcja zastrzega sobie prawo odmówienia zamieszczenia ogłoszenia lub reklamy, jeżeli ich treść lub forma są sprzeczne z linią programową lub charakterem tytułu. Redakcja zastrzega sobie prawo skracania tekstów oraz zmian ich tytułów. Opracowanie graficzne ogłoszeń jest własnością Wydawcy i nie może być powielane oraz wykorzystywane w całości lub w części bez jego zgody.

RAF-TRANS

SKŁAD KRUSZYW BUDOWLANYCH

OFERUJEMY SPRZEDAŻ:

- KRUSZYW BUDOWLANYCH
- DREWNA KOMINKOWEGO
- TRANSPORT WYWROTKAMI
  OD 3,5 T DO 40 T
- USŁUGI KOPARKO-ŁADOWARKĄ



WSPÓŁPRACUJEMY Z KOPALNIAMI KRUSZYW

KONKURENCYJNE CENY

☎ 605 100 655

BIAŁY KOŚCIÓŁ, DROGA 94 NA OLKUSZ

KOMINKI

www.fire-kom.pl

KOMINKI Z MONTAŻEM - WKŁADY KOMINKOWE - PIECE KAFLOWE
KOMINKI Z PŁASZCZEM WODNYM - BIOKOMINKI - PIECE WOLNOSTOJĄCE
OBUDOWY KOMINKOWE - DYSTRYBUCJA GORĄCEGO POWIETRZA

INTERESUJE CIĘ BUDOWA KOMINKA
NIE WIESZ JAKI WKŁAD KUPIĆ?
POTRZEBUJESZ FACHOWEJ PORADY?
NAPISZ LUB ZADZWOŃ

Kominki Fire-kom
Luborzyca 191, 32-010 Luborzyca
Budynek stacji benzynowej Petro Plus
515-198-933
kominki@fire-kom.pl
www.fire-kom.pl

Najlepsze ceny, solidny montaż, wybierz profesjonalistów!!!

DO SPRZEDANIA

Niepowtarzalna posesja w malowniczym miejscu na granicy Czułowa i Baczyna
- dom 240 m kw, garaż 50 m kw, domek ogrodowy 25 m kw, na pięknie zaaranżowanej działce 60 a.

Cena: 950 tys. PLN.
Kontakt: **696 595 118**

GWAREK NIERUCHOMOŚCI

DLACZEGO WARTO POWIERZYĆ NAM SWOJĄ NIERUCHOMOŚĆ?

Nasze atuty:

- Wykształcenie prawnicze właścicielki Biura, poparte wieloletnią praktyką w zakresie stosowania prawa
- Doświadczenie zawodowe dotyczące rynku nieruchomości oraz działań marketingowych i reklamy
- Stałe poszerzanie wiedzy, m.in. poprzez udział w szkoleniach tematycznych
- Ubezpieczenie od odpowiedzialności cywilnej
- Rzetelne sprawdzanie stanu nieruchomości od strony prawnej i faktycznej
- Kompletowanie dokumentacji do sprzedaży nieruchomości
- Stała współpraca ze sprawdzonym i rzetelnym notariuszem
- Możliwość polecenia zaufanych specjalistów, m.in. geodety, architekta, agenta ubezpieczeniowego, firm remontowo-budowlanych
- Pomoc w uzyskaniu kredytu hipotecznego
- Stałe zamieszczanie ofert Klientów na łamach gazety „Gwarek Małopolski", ukazującej się na obszarze pięciu gmin, a także wybranych ofert na łamach „Gwarka Olkuskiego" i „Gwarka Zawierciańskiego"
- Stałe zamieszczanie ofert Klientów na łamach płatnych oraz bezpłatnych branżowych portali internetowych
- Najczęściej działamy z polecenia – nasi Klienci polecają nas kolejnym
- Prócz wiedzy i doświadczenia kierujemy się ciepłym podejściem do Klienta - od momentu podpisania umowy pośrednictwa do doprowadzenia do pożądanej przez Klienta transakcji
- „Twoja satysfakcja naszym sukcesem" to dewiza, którą wprowadzamy w życie

Pośredniczymy w sprzedaży, kupnie oraz najmie domów, mieszkań, lokali użytkowych, obiektów komercyjnych i działek.

Serdecznie zapraszamy do kontaktu i zgłaszania nam swoich nieruchomości:

Tel. **796 351 499 • 696 595 118**
e-mail: **biuro@gwarek-nieruchomosci.pl**

KRIS-HAUS

Karniowice
ul. Widokowa 19

www.ogrodzeniakrishaus.pl
krishaus@gmail.com

SPRZEDAŻ OGRODZEŃ SYSTEMOWYCH

- BRAMY
- FURTKI
- SIATKI
- SŁUPKI
- AUTOMATYKA
- AKCESORIA

PRODUKCJA ELEMENTÓW STALOWYCH

- WIATY
- ZADASZENIA
- SCHODY
- KONSTRUKCJE
- ALUMINIUM
- STAL NIERDZEWNA

+48 533 018 706
+48 691 874 432
+48 518 125 901