



BIULETYN@USTRONIE.RADOM.PL

WWW.USTRONIE.RADOM.PL

USTRONIE

bezpłatny BIULETYN SPÓŁDZIELCZY Nr 75, październik 2013

Kolejny sezon grzewczy rozpoczęty

Sezon grzewczy w Polsce rozpoczyna się wraz z nastaniem pierwszych chłódów i trwa do ich ukończenia. Czyli długo, jeśli weźmie się pod uwagę długość polskich zim. Warto więc zastanowić się nad tym jak należy postępować gdy już do mieszkań „popłyynie” ciepło.

Ciepło do pomieszczenia jest emitowane przez zainstalowany w pomieszczeniu grzejnik. Jednak grzejnik nie jest jedynym źródłem dostarczającym ciepło.

Dokończenie na stronie 2

Zaproszenie



STOWARZYSZENIE „NASZE USTRONIE”
oraz
SPÓŁDZIELNIA MIESZKANIOWA „USTRONIE”
zapraszają na otwarcie wystawy prac plastycznych
oraz relacji fotograficznej z
KOLONII LETNIEJ W MIKOSZEWIE.
W dniu 30 października 2013 r. o godz. 18.00
Serdecznie zapraszamy!!!
Zarząd Stowarzyszenia „Nasze ustronie”, Rada Nadzorcza
oraz Zarząd Spółdzielni Mieszkaniowej „USTRONIE”

Segregacja Śmieci - komunikat

Wzwiązku z wprowadzoną w Spółdzielni segregacją odpadów komunalnych przypominamy o przestrzeganiu zasad segregacji.

Do pojemników przeznaczonych na frakcję mokrą bezwzględnie zabrania się wrzucania odpadów takich jak:

- suchy papier, makulatura, kartony, tektura, puszki, butelki plastikowe, siatki i folie, które powinny być wrzucane do pojemników siatkowych.

W przypadku stwierdzenia braku segregacji odpadów zgodnie z Uchwałą Nr 518 Rady Miejskiej w Radomiu z dn. 04.04.2013 r. będą musiały być zastosowane stawki dla śmieci niesegregowanych, które są większe od stawek za śmieci segregowane o:

- 33% dla mieszkań o powierzchni do 70 m²
- 25% dla mieszkań o powierzchni powyżej 70 m².

„PCHLI TARG” – VII edycja



Wszyscy fani kupowania mogli odnaleźć wiele skarbów na kolejnej, VII edycji „Pchłego Targu” zorganizowanego przez Spółdzielnię Mieszkaniową „Ustronie” oraz Stowarzyszenie „Babia Góra”.

Impreza odbyła się 5 października w Klubie Osiedlowym „Ustronie”.

Dokończenie na stronie 3

Zmiany zasad nabywania członkostwa w SM Ustronie

Spółdzielnia informuje, że zgodnie z dokonanymi zmianami do statutu zmieniły się opłaty z tytułu uzyskania członkostwa w Spółdzielni.

Zgodnie z § 14 statutu:

1. Osoba ubiegająca się o członkostwo w Spółdzielni wnosi wpisowe w kwocie 200 zł i udział w kwocie 70 zł. Małżonek członka Spółdzielni ubiegający się o członkostwo wnosi wpisowe w kwocie 100 zł i udział w kwocie 70 zł.

2. Członek spółdzielni - osoba fizyczna obowiązany jest zadeklarować wpłatę 1 udziału na lokal mieszkalny. Członek Spółdzielni - osoba fizyczna nabywająca lokal użytkowy wpłaca 5 udziałów, a na garaż lub miejsce postojowe w garażu wielostanowiskowym wpłaca 2 udziały. Członek Spółdzielni - osoba prawna wpłaca 10 udziałów bez względu na rodzaj nabywanego lokalu.

Jednocześnie informujemy, że jeżeli jeden z małżonków jest członkiem Spółdzielni, drugi może wystąpić o członkostwo, po wpłaceniu wpisu i udziału członkowskiego w wysokości 170 zł, złożeniu deklaracji przystąpienia do Spółdzielni oraz podania, Zarząd ma obowiązek przyjąć w poczet członków współmałżonka w terminie 30 dni od daty złożenia deklaracji.

Dokończenie na stronie 2.

**KOMUNIKATY,
OGŁOSZENIA**

Strona 4, 5.

**Zaproszenia Klubu Osiedlowego
„USTRONIE”**

Strona 4, 5.

**KONKURSY
z nagrodami**

Strona 4, 5, 6.

ROZWAŻANIA

Strona 7.

Zmiany zasad nabywania członkostwa w SM Ustronie

Dokończenie ze strony 1.



W przypadku gdy lokal nabyty na rynku wtórnym jest zajmowany bez członkostwa, a właściciel chce uzyskać członkostwo należy zgłosić się do działu członkowsko- mieszkaniowego złożyć deklarację przystąpienia do Spółdzielni, podanie oraz wpłacić wpis

i udział w wysokości 270 zł.

Zgodnie z ustawą prawo spółdzielcze i ustawą o spółdzielniach mieszkaniowych tylko członek spółdzielni ma prawo:

- 1/ uczestniczyć w walnym zgromadzeniu,
- 2/wybijania i bycia wybieranym do organów spółdzielni,
- 3/ otrzymania odpisu statutu i regulaminów, zaznajamiania się z uchwałami organów spółdzielni.

Przypominamy również, że:
- obowiązkiem członka Spółdzielni właściciela lokalu jest pisemne informowanie Spółdzielni o zmianie adresu do doręczania korespondencji, jak również niezwłoczne informowanie o zmianie ilości osób zamieszkujących w lokalu,
- członkowie, właściciele lokali miesz-

kalnych posiadających prawo odrębnej własności lokalu / czyli akt notarialny umowy przeniesienia prawa/ w przypadku przekazania tego prawa umową darowizny, lub zbycia prawa umową sprzedaży, winni niezwłocznie zgłosić się do Działu członkowsko- mieszkaniowego stanowisko numer 1 z aktem notarialnym w celu złożenia rezygnacji z członkostwa i naniesienia przez Spółdzielnię zmiany właściciela na danym lokalu.

Godziny przyjęć interesantów:
stanowisko numer 1:

- poniedziałek i czwartek od od 9⁰⁰ -17⁰⁰
- wtorek, środa i piątek od 7⁰⁰- 15⁰⁰

W w/w dziale członkowie Spółdzielni i właściciele lokali składają pisma skierowane do Zarządu lub Rady Nadzorczej.

(Dział PM)

Kolejny sezon grzewczy rozpoczęty

Dokończenie ze strony 1.

Znaczącym źródłem ciepła są osoby przebywające w danym pomieszczeniu i wszelkie czynności gospodarcze, takie jak: gotowanie, pranie, używanie odkurzacza, a także oświetlenie, telewizor, komputer itp., a także ciepło przenikające przez przegrody wewnętrzne z sąsiednich lokali, (jeśli występuje pomiędzy nimi różnica temperatur).

UWAGA!!! Ciepło może także przenikać przez ściany wewnętrzne do pomieszczeń sąsiednich, jeżeli panuje w nich temperatura niższa od tej, która jest w pomieszczeniu rozpatrywanym. Strat ciepła nie da się nigdy całkowicie wyeliminować. Nie ma, bowiem takich materiałów do budowy ścian, ani takich okien, które całkowicie nie przewodzą ciepła. Również nie możemy całkowicie odciąć dopływ powietrza zewnętrznego do pomieszczenia i zaprzestać jego usuwania przez system wentylacyjny, bo dopływ świeżego powietrza jest niezbędny do oddychania i usunięcia z pomieszczenia wilgoci, której źródłem są ludzie i czynności gospodarcze przez nich wykonywane (np. gotowanie). Można jednak ograniczyć ilość traconego ciepła do niezbędnego minimum rozsądnie nim gospodarować, tak jak gospodarujemy innymi dobrami materialnymi poprzez m.in.:

- **Okresowe obniżanie temperatury w pomieszczeniu.** Komfortowo czujemy się, gdy w pomieszczeniu panuje temperatura ok. 20 – 21 °C. Jednak nie zawsze musimy utrzymywać taką temperaturę. Korzystnym jest obniżenie temperatury w pokoju, w którym śpimy (zalecane przez lekarzy). Również w trakcie wykonywania cięższych czynności (np. sprzątanie), lepiej będziemy się czuli w niższej temperaturze. Jeżeli w lokalu ma przebywać większa liczba osób (np. spędzamy się goście), to należy zawczasu przykręcić zawór termostatyczny przy grzejniku, bo każda osoba emituje ciepło w ilości porównywalnej z wydajnością połowy

„żeberka” grzejnika. Należy jednak unikać zbyt długiego wychłodzenia pomieszczenia w dłuższym okresie, bo na jego ponowne dogrzanie stracimy zbyt wiele ciepła.

- **Efektywnie wykorzystywać zawory termostatyczne w celu obniżenia temperatury.** Zawory termostatyczne nie mają skali temperatury w stopniach. Na pokrętle zaworu naniesione są: gwiazdka i kreski oznaczone kolejnymi cyframi od 1 do 5. W położeniu „gwiazdka” zawór jest zamknięty. W odwrotną stronę, przy przestawieniu pokrętła do wartości wyższych (np. 5) emisja ciepła z grzejnika rośnie. Każdy zawór termostatyczny, w chwili montażu, ma ustawioną, niedostępną dla użytkownika (zaplombowaną), tzw. nastawę montażową. Nastawa ta zapewnia, że obliczeniową temperaturę w pomieszczeniu (np. 20 °C) osiąga się przy położeniu pokrętła pomiędzy kreskami oznaczonymi 3 i 4. Zawory termostatyczne są zabezpieczone przed zamrożeniem grzejnika: przy ustawieniu pokrętła w położeniu „gwiazdka” zawór termostatyczny otwiera się samoczynnie, jeśli temperatura w jego otoczeniu spadnie poniżej ok. 6 – 7 °C.

- **Wietrzyc należy krótko i intensywnie.** Oplaca się szybka (2–3 minut) wymiana powietrza poprzez szerokie otwarcie okien i drzwi balkonowych z jednoczesnym zamknięciem zaworów przy grzejnikach. Nie należy uchylać okna na dłuższy czas nieobecności w mieszkaniu (np. wychodząc na wiele godzin do pracy), ponieważ zimne powietrze ochładza grzejnik i termostat otwiera się maksymalnie, co powoduje duże i zbędne straty ciepła.

- **Nie zabudowywać i nie zasłaniać grzejników.** Aby grzejnik oddawał ciepło do pomieszczenia, potrzebna jest właściwa cyrkulacja powietrza w jego otoczeniu. Grzejnik nie powinien być zabudowany, zasłonięty i zastawiony meblami, gdyż wówczas ciepło nie rozprzestrzenia się równomiernie w pomieszczeniu, powstaje strefa prze-

grzana w pobliżu ściany zewnętrznej i rosną straty przez przenikanie, a w konsekwencji trzeba więcej ciepła na ogrzanie pomieszczenia.

- **Zmniejszać straty ciepła przez okna.** Okno jest najlepiej przewodzącym ciepło elementem przegrody zewnętrznej. Oprócz przewodzenia, ciepło wypromieniuje przez okno z wnętrza pomieszczenia. Dlatego aby ograniczyć straty ciepła należy na noc opuszczać Żaluzje ewentualnie zaciągać zasłony, jednak bez zasłaniania grzejników.

- **Zapewnić odpowiednią szczelność okien i drzwi zewnętrznych.** W większości starszych budynków, gdzie mamy do czynienia z wentylacją naturalną (grawitacyjną), powietrze niezbędne do przewietrzania pomieszczeń dopływa przez nieszczelności w stolarce okiennej (infiltruje do pomieszczenia). Ilość tego powietrza jest niekontrolowana i może być powodem poważnych strat ciepła. Celowa jest wymiana okien na szczelne, zaopatrzone w specjalne nawiewniki powietrza. W ten sposób zapewnimy właściwą wentylację, która ochroni mieszkanie przed zawilgoceniem, a równocześnie ograniczymy do niezbędnego minimum straty ciepła, unoszonego z wywiezonym powietrzem wentylacyjnym. W żadnym wypadku nie należy ograniczać wentylacji lokalu przez zamykanie (zaklejenie) kratki wentylacji grawitacyjnej. Grozi to zawilgoceniem (później zagrzybieniem lokalu), a w lokalach gdzie używane są kuchenki gazowe lub piece kąpielowe opalane gazem, nawet zatruciem użytkowników.

- **Zwracać uwagę na właściwe użytkowanie pomieszczeń wspólnych w budynku.** Klatki schodowe, korytarze i piwnice, często traktowane jako „niczyje”, ogrzewane są w sposób niekontrolowany. W okresie zimowym należy zwracać m.in. uwagę na zamykanie drzwi wejściowych i okien na klatkach schodowych, zamykanie okienek w piwnicach i innych pomieszczeniach wspólnego użytku.

KR

„PCHLI TARG” – VII edycja

Dokończenie ze strony 1.

Jesteśmy bardzo zadowoleni, że społeczność USTRONIA tak miło nas przyjmuje. Zarówno kupujący jak i sprzedający wysoko oceniają organizację

imprezy. Każdy może znaleźć coś dla siebie – powiedziała Prezes Stowarzyszenia „Babia Góra” – Monika Fijałkowska.

Na „Pchlim Targu” znalazło się wiele

różnorodnych towarów: książki, meble, rzadkie winyle, zapomniane kasety, ciekawe filmy, zabawki, gry planszowe, ubrania, mosiężne starocie, elementy wystroju wnętrz, stare monety oraz wiele, wiele innych ciekawych rzeczy.

Można było również spotkać naszych radomskich rękodzielników artystycznych, którzy prezentowali i sprzedawali swoje wyroby.

Zapraszamy na kolejne edycje Pchlego Targu!

Następna już 7 grudnia 2013 r. w godz. 14⁰⁰ – 17⁰⁰ w Klubie Osiedlowym „Ustronie” ul. Sandomierska 14.

Więcej informacji można uzyskać na stronie internetowej www.babiagora-radom.blogg.pl bądź pod nr telefonu 602170390.

(AJ)

Zdjęcia udostępnione z portalu „Co za dzień”



WAŻNE TELEFONY SM USTRONIE

ul. Wyścigowa 19, 26 – 611 Radom

- Dział Obsługi Mieszkańca: 48-385-74-00 do 02
- Sekretariat: 48-385-74-03
- Administracja Jedn. A: 48-385-74-13
- Administracja Jedn. B: 48-385-74-16
- Administracja Jedn. C: 48-389-67-83
- Administracja Jedn. M: 48-389-67-84
- Administracja Jedn. P– w siedzibie spółdzielni: 48-385-74-00
- Pogotowie Techniczne: 48-385-74-04

POGOTOWIE DŹWIGOWE W SM USTRONIE

Awarie dźwigów należy zgłaszać:

- w dni powszednie: od godz. 15⁰⁰ – 23⁰⁰ na numer tel. 48/ 385 74 04
- w niedziele i święta od godz. 8⁰⁰ -20⁰⁰ na numer telefonu 48/ 385 74 04

W godz. od 23⁰⁰ – 7⁰⁰ w dni powszednie i od 20.00 – 7.00 w niedziele i święta

awarie należy zgłaszać na numery tel.:

- Jednostka A – 607 101 809;
- Jednostka B – 603 421 470 oraz 880 916 505
- Jednostka C – 608 419 491
- Jednostka M – 880 916 505



UWAGA NA PIECYKI KĄPIELOWE!

Okres jesienny charakteryzuje się zmiennością temperatur co z kolei powoduje zaburzenia naturalnej wentylacji pomieszczeń. Niedrożna instalacja wentylacyjna, pełne uszczelnienie otworów okiennych i drzwiowych powoduje, że wentylacji naturalnej po prostu nie ma, a wręcz następuje zjawisko wdmuchiwania spalin z piecyka do pomieszczenia (tzw. ciąg wsteczny).

**KONTROLUJMY PRACĘ PIECYKÓW KĄPIELOWYCH!
DZIECI I MŁODZIEŻY CZY OSÓB STARSZYCH NIE POZOSTAWIAJMY
SAMYCH BEZ OPIEKI W CZASIE KĄPIELI!
WSKAZANE JEST UCHYLENIE DRZWI ŁAZIENKI
W CELU ZAPEWNIENIA DOPIŁYWU POWIETRZA!**

KR

KONKURS NA PIĘKNY BALKON -WYNIKI

Rozstrzygnięto konkurs na najładniejszy balkon, ogródek przy klatkach schodowych budynków będących w zasobach S.M. "Ustronie".

Informujemy, że został rozstrzygnięty konkurs na najładniejszy balkon, ogródek przy klatkach schodowych budynków będących w zasobach S.M. "Ustronie".

Komisja powołana Zarządzeniem Prezesa Zarządu S.M. „Ustronie” Nr 82/2013 z dnia 16.09.2013 r. dokonała przeglądu zgłoszonych do konkursu balkonów oraz ogródków przy budynkach. Po wnikliwej analizie nagrody przyznano:

I kategoria : Ogródki przydomowe:

- I miejsce: ul. Gagarina 11 m 14
- II miejsce: ul. Sandomierska 22 m 81 oraz ul. Sandomierska 22 m 3.
- III miejsce: ul. Ostrowiecka 4 m 4.

Wyróżnienia w tej kategorii:

- 1. ul. Osiedlowa 18 m 8
- 2. ul. Młodzianowska 154 m 57
- 3. ul. Osiedlowa 20
- 4. ul. Sandomierska 9 m 2
- 5. ul. Świętokrzyska 11 m 21
- 6. ul. Świętokrzyska 25 m 21

II kategoria: Balkon

- I miejsce: ul. Świętokrzyska 21 m 74
- II miejsce: ul. Sandomierska 9 m 2
- III miejsce: ul. Osiedlowa 8 m 54

Wyróżnienia w tej kategorii:

- 1. ul. Osiedlowa 24 m 16
- 2. ul. Świętokrzyska 21 m 2
- 3. ul. Świętokrzyska 21 m 64
- 4. ul. Świętokrzyska 11 m 21
- 5. ul. Świętokrzyska 25 m 21
- 6. ul. Sandomierska 26 m 79
- 7. ul. Sandomierska 22 m 55

Spółdzielnia Mieszkaniowa "Ustronie"

zaprasza na

KONKURS PIĘŚNI I PIOSENKI PATRIOTYCZNEJ Z OKAZJI NARODOWEGO ŚWIĘTA NIEPODLEGŁOŚCI!



CEL KONKURSU: Celem spotkania jest wspólne przeżywanie radości odzyskania niepodległości z pieśnią i piosenką na ustach.

REPERTUAR: do przygotowania jeden lub dwa utwory o tematyce patriotycznej.

TERMIN NADSYLANIA ZGŁOSZEŃ: do 5 listopada do Klubu Osiedlowego „Ustronie”, ul. Sandomierska 14, tel. 48 385 74 15 (na zgłoszeniach powinno znajdować się imię, nazwisko, adres, telefon oraz wiek uczestnika, ilość uczestników w zespole i nazwa zespołu, teksty piosenek, autor tekstu i muzyki)

ZAPOTRZEBOWANIE TECHNICZNE: na zgłoszeniu proszę podać ilość mikrofonów, wejścia do gitar itp., podkłady muzyczne bądź akompaniament we własnym zakresie

Dla zwycięzców konkursu przewidziane są dyplomy oraz ciekawe nagrody!!!

Na uroczysty koncert zapraszamy uczestników, rodziców oraz nauczycieli 8 listopada o godz.13.00 do Klubu Osiedlowego „Ustronie”, ul. Sandomierska 14.

ZAPRASZAMY!!!

Spółdzielnia Mieszkaniowa "Ustronie"

zaprasza na

KONKURS PLASTYCZNY



Z OKAZJI NARODOWEGO ŚWIĘTA NIEPODLEGŁOŚCI

TEMAT:

„Od niepodległości do wolności“

CEL KONKURSU: 11 listopada 1918 roku Polska odzyskała niepodległość po 123 latach zniewolenia przez zaborców. Choć jest zniszczona, zdevastowana to na twarzach rodaków rysuje się uśmiech i duma, że ich kraj znów należy tylko do nich. Z wiarą w sercu i biało-czerwoną flagą w reku Polacy pragną odbudować ojczyznę. Celem konkursu jest zapoznanie dzieci i młodzieży z problematyką odzyskania przez Polskę niepodległości, przybliżenie postaci zaangażowanych w walkę o wolność kraju w początkach XX wieku.

TECHNIKA: dowolna

FORMAT: nie mniejszy niż A3

GRUPY WIEKOWE:

- do 7 lat
- od 8 do 10 lat
- od 11 lat 16 lat

TERMIN NADSYLANIA PRAC: do 5 listopada do Klubu Osiedlowego „Ustronie” ul. Sandomierska 14, tel. 48 385 74 15 (na pracach powinno znajdować się imię, nazwisko oraz wiek uczestnika).

Prace przechodzą na własność organizatora.

Dla zwycięzców konkursu przewidziane są dyplomy oraz ciekawe nagrody!!!

Na uroczyste podsumowanie konkursu zapraszamy uczestników, rodziców oraz nauczycieli 8 listopada o godz.13.00 do Klubu Osiedlowego „Ustronie” ul. Sandomierska 14.



Klub Osiedlowy „Ustronie” Radom ul. Sandomierska 14
zaprasza na

„Powakacyjne Spotkanie z Piosenką”

Laureaci otrzymują dyplomy oraz mogą otrzymać nominację do
Ogólnopolskiego Festiwalu Piosenki Żeglarskiej i Turystycznej
„RAFA'2013”,
który odbędzie się w dniach 22 i 23 listopada 2013.


tel.048 3857415 lub 0 603 374 823



Spółdzielnia Mieszkaniowa „Ustronie”
zaprasza na

KONKURS RECYTATORSKI

Z OKAZJI
NARODOWEGO
ŚWIĘTA
NIEPODLEGŁOŚCI



CEL KONKURSU: Celem spotkania jest wspólne przeżywanie radości w 95 rocznicę odzyskania niepodległości.

REPERTUAR: do przygotowania jeden wiersz o tematyce patriotycznej

GRUPY WIEKOWE:
- do 7 lat
- od 8 do 10 lat
- od 11 lat 16 lat

TERMIN NADSYLANIA ZGŁOSZEŃ: do 5 listopada do Klubu Osiedlowego „Ustronie”, ul. Sandomierska 14, tel. 48 385 74 15 (na zgłoszeniach powinno znajdować się imię, nazwisko, adres, telefon oraz wiek uczestnika, autor oraz tytuł tekstu)

ZAPOTRZEBOWANIE TECHNICZNE: podkład muzyczny bądź akompaniament we własnym zakresie (proszę podać rodzaj podkładu muzycznego)

Dla zwycięzców konkursu przewidziane są dyplomy oraz ciekawe nagrody!!!

Na uroczysty koncert zapraszamy uczestników, rodziców oraz nauczycieli 8 listopada o godz. 13.00 do Klubu Osiedlowego „Ustronie”, ul. Sandomierska 14.

ZAPRASZAMY!!!

Kolegium redakcyjne:
Arkadiusz Michalski
Katarzyna Rychlicka-Jurczak

WYDAWCA:
FAMA
Zbigniew Gumiński
Nakład 3000 egz.
Za treść ogłoszeń wydawca nie odpowiada.

Szczegółowe informacje, przyjmowanie zgłoszeń:
tel: 48 33 11 259, 601 319 048
e-mail: zbigum@op.pl

Ewentualne uwagi dot. biuletynu prosimy przysyłać na adres
e-mail: biuletyn@ustronie.radom.pl;
TEL. REDAKCJI: 48 385 74 07

OGŁOSZENIE

Od dnia 16.07.2013r.. rozpoczęła się realizacja programu zdrowotnego „Terapia przeciwo-brzękowa dla kobiet po mastektomii na lata 2012-2015”

Amazonki z obrzękiem limfatycznym prosimy o zgłaszanie się pod nr tel:

606 164 526.

Realizatorem programu jest mgr Teresa Wojciechowska.

Program realizowany jest w Klubie Osiedlowym „Ustronie” Radom, ul. Sandomierska 14.

Program jest współfinansowany przez Gminę Miasta Radomia.



KLUB OSIEDLOWY
„USTRONIE”
ul. Sandomierska 14
zaprasza na

ZAJĘCIA FITNESS

- WTORKI i CZWARTKI
GODZ. 19-20

Spotkania odbywać się będą
w Klubie Osiedlowym
„USRTONIE”

Zapisy:

tel.: 48 385 74 15

ZASTRZEŻENIE

Redakcja Biuletynu Ustronie zastrzega sobie prawo dokonywania zmian w nadesłanych tekstach (np. korekta dostrzeżonych błędów, nadawanie lub zmianę tytułów etc.), a także innych zmian wynikających z zasad edytorskich lub kultury języka. Autor nadesłanego materiału może w nim wyraźnie zastrzec brak zgody na jakiegokolwiek zmiany w swoim materiale. Redakcja zastrzega sobie odmowę publikacji takich materiałów.

KONKURS

- I - samochód jak rzeka
- II - ubranie muzulmanki
- III - prymitywny wiejski dom
- IV - gatunek szarady
- V - żółta lub brunatna farba malarska
- VI - czasem zakręci się w oku
- VII - dawny fałsz
- VIII - pokrętła przy radiu
- IX - gawędziarz plotkarz
- X - z nieba lub z drzewa
- XI - drzwi w murze

Hasło - nazwa ssaka

1	2	3	4	5	6

Zapraszamy do udziału w konkursie.

Prosimy podać hasło krzyżówki:

Nazwa ssaka

I	↓	II	↓	III	IV
V	→				↓
VI	→		3	VII	
VIII	→			↓	
				1	4
IX	X	→			
			2		
XI	→			6	

NAGRODY CZEKAJĄ

WYSTARCZY WYŚLAĆ e-mail I PODAĆ HASŁO KRZYŻÓWKI !!!

3 pierwsze osoby, które wyślą w dniu 13 listopada e-mail z prawidłową odpowiedzią, otrzymają wejściówkę na dowolny seans z repertuaru kina Helios w terminie 15-17 listopada. Wiadomość e-mail wysłać należy na adres: radom@helios.pl wpisując w tytule "Hasło krzyżówka".
I proszę pamiętać, żeby przesłać hasło.

Dziękujemy wszystkim, którzy do tej pory wzięli udział w naszym konkursie.

W kolejnych edycjach nagrody przekażemy tym, którzy do tej pory nie mieli szczęścia wygrać.

Zapraszamy do udziału w konkursie !!!

IF INTERFACH

monitorowanie systemu alarmowego
z interwencją patrolu

gabinety lekarskie
apteki



ochrona osób i mienia
monitorowanie osób starszych

Czy zastanawiałeś się komu mógłbyś powierzyć
opiekę nad tym, co dla Ciebie najcenniejsze?

Interfach s.c., 26-600 Radom, ul. Wrocławska 9 b
tel.: 48 34 00 600, fax.: 48 34 00 601
www.interfach.com.pl

7/0509

**MIEJSCE NA
TWOJĄ
REKLAMĘ
zadzwoń
601 319 048**

 **HELIOS**

Z NAMI POLUBISZ

TANIE WTORKI

FILM 2D

12zł

FILM 3D **14zł***

* +3 ZŁ DOPLATY OKULAROWEJ

Szczegóły w kinie i na www.helios.pl

KINO HELIOS ul. Poniatowskiego 5, 26- 610 Radom REZERWACJA TEL.: 48 362-80-50

Podstawowa Stacja Kontroli Pojazdów

WR/033/P ABTE

czynna: pon. - pt. 8 - 18, sob. 8 - 14

PRZEGLĄDY REJESTRACYJNE POJAZDÓW
o DMC do 3,5 t.

- samochody osobowe i dostawcze
- ciągniki rolnicze
- przyczepy
- motocykle.



KOMPUTEROWY POMIAR GEOMETRII KÓŁ
DIAGNOSTYKA KOMPUTEROWA SILNIKA

AUTO-KALS
S.C.

26-600 Radom
ul. Giserska 20
tel. 48 677 92 92
email: autokals@op.pl

PerfectCars



- Wypożyczalnia samochodów osobowych i dostawczych
- Wynajem krótko i długoterminowy
- Atrakcyjna oferta wynajmu długoterminowego skierowana do firm
- Profesjonalne doradztwo przy zakupie auta nowego lub używanego
- Pomoc przy sprzedaży auta

795 522 215

www.perfectcars.pl
e-mail: perfectcars@perfectcars.pl

Oprawa certyfikatów, dyplomów, obrazów i luster

Lustra: w ramach i łazienkowe
Oprawa grafik, plakatów i zdjęć
Lustra fazowane
Półki szklane i akcesoria

Passe-partout
lusterka samochodowe
szyby zespolone do okien PCV
Zamówienia indywidualne

Radom, ul. Słowackiego 140a,
tel/fax: 48 365 05 56,
kom. 502 451 002

Zapraszamy:
pon-pt: 10-17,

Y70504



Specjalistyczny Ośrodek Diagnostyki i Rehabilitacji
Dzieci i Młodzieży z Wadą Słuchu
tel. 048 362 84 74, 362 250 02

ZAKRES DZIAŁALNOŚCI:

- DIAGNOZA I REHABILITACJA:
LOGOPEDYCZNA, PSYCHOLOGICZNA, PEDAGOGICZNA
- BADANIA SŁUCHU, DOBÓR APARATÓW SŁUCHOWYCH
U DZIECI I DOROSŁYCH
- POMOC RODZINIE
- TURNUSY REHABILITACYJNE
- LOGORYTMIKA
- REHABILITACJA RUCHOWA
- TERAPIA SI

Zaopatrzenie w środki wspomaganie słuchu
(aparaty słuchowe, wkładki uszne, systemy
wspomagające słyszenie, baterie)

Usługi i świadczenia dla DZIECI I DOROSŁYCH
realizowane w ramach **NiPZ** i komercyjnie

PRZYJMUJĄ SPECJALIŚCI:

- logopeda
- psycholog
- pedagog
- terapeuta SI
- lekarz rehabilitacji medycznej
- logorytmik
- rehabilitant ruchu
- lekarz otolaryngolog
- protetyk słuchu

BEZPŁATNE BADANIE SŁUCHU
KONSULTACJE LARYNGOLOGICZNE
ZAPRASZAMY,
RADOM ul. WJAZDOWA 4

Akademickie Centrum Medyczne

Świadczy usługi w zakresie:

- **bezinwazyjnego leczenia skolioz**, kifoz i lordoz Metodą **F.E.D**
jedyne urządzenie w regionie
- usuwanie ostróg piętowych, leczenie stawów rzekomych,
dolegliwości ścięgna Achillesa, leczenie zaburzeń wzrostu kostnego,
punktów bólowych **fałą uderzeniową**
jedyne tego typu urządzenie w regionie
- **leczenie tarczycy, zakrzepicy, choroby żyłkowej, naczyniaków,
choroba Graves - Besedowa**
(zmniejszenie wytrzeszczu oczu nawet do 70 %)
- **USG** - wszystkie rodzaje badań
- **Laboratorium diagnostyki wad postawy** - stóp, kręgosłupa oraz
równowagi i koordynacji dla dzieci, dorosłych oraz sportowców
- **wykonania i sprzedaż indywidualnie dopasowanych
wkładek ortopedycznych najnowocześniejszą metodą**
- **kompleksowa kinezyterapia** - leczenie ruchem:
UGUL, rotory kończyn górnych i dolnych, bieźnia oraz
w pełni wyposażona sala do gimnastyki korekcyjnej
- **kompleksowa fizykoterapia**
 - ciepłolecznictwo - okłady fango
 - zimnolecznictwo - krioterapia punktowa oraz „thermopress”
zestaw okładów miejscowo chłodzących do 0°
 - jedyne takie urządzenie w regionie
 - gimnastyka korekcyjna wraz z profesjonalną siłownią dla dzieci
 - masaż leczniczy oraz relaksacyjny
 - łóżka rekondycyjne - sposób na odchudzanie, zestaw ośmiu łóżek
wykonujący ruchy w różnych płaszczyznach bez wysiłku osoby ćwiczącej
 - magnetoterapia
 - elektroterapia
 - światłolecznictwo
 - laseroterapia
 - ultradźwięki
 - hydroterapia



NOWOŚCI w ACM

- Zabiegi w chirurgii naczyniowej
- Konsultacje medyczne wykonywane przez profesorów
- lekarzy z wiodących ośrodków klinicznych:
z Poznania, Lublina, Warszawy
- Zabiegi usunięcia zaćmy z wszczepem soczewki bioanalogicznej
- **NOWOŚĆ W POLSKIEJ OKULISTYCE!**
- Pełna laseroterapia: leczenie jaskry, zaćmy wtórnej, zmian cukrzycowych
oraz profilaktyka odwarstwień siatkówki
- Laserowe rozbijanie kamieni w układzie moczowym przy użyciu
najnowszej francuskiej aparatury IV-tej generacji

Radom ul. Struga 60 tel. 48 330 84 11,
www.acm.radom.pl kom. 502 392 113

Rozważania

Przemiana uczuć

Warto poświęcić nieco szczególniejszą uwagę życiu uczuciowemu. Przecież każdy z nas coś „czuje”, jest zawsze coś, co bardzo nas dotyka. Współcześnie nierzadko przecenia się uczucia; niejednokrotnie normę życia stanowi to, co „się czuje”. To dość poniżające dla człowieka, żeby tak mała cząstka

jego potencjału miała mieć aż takie znaczenie. Jesteśmy czymś więcej niż uczuciami. Jednak to Bóg stworzył życie uczuciowe i według Jego zamysłu ma ono zająć specjalne miejsce w naszej wspólnoty z Nim.

Aby tak się stało, musi ono zostać podporządkowane, musimy pozwolić naszemu rozumowi – oświeconemu wiarą, i woli – kierowanej miłością, aby stały się przewodnikami życia uczuciowego. To zakłada radykalną wewnętrzną ascezę oraz czuwanie, lecz ten kto odważy się podjąć taki wysiłek, doświadczy cudownej transmuracji życia uczuciowego.

Stanie się ono instrumentem, lirą w rękach Boga, a kiedy on uderza w struny, rozbrzmiewa prawdziwie cudo w muzyka. Zarówno ból, jak i radość będą niebiańskimi tonami bez cienia rozczulania się nad sobą. Choć takie przekształcenie nigdy w pełni nie dokona się w nas tutaj na ziemi, możemy go już zasmakować, będąc gotowi zrezygnować z powierzchownych uczuć. Im więcej naszego potencjału zostanie podane owej transmuracji, tym bardziej Bóg będzie uwielbiony.

(Wilfrid Stinissen)

■ OGRZEWANIE



■ KUCHNIA



■ ŁAZIENKA



**rabaty
promocje**

PRZYJDŹ I SPRAWDŹ

**Z myślą o wygodzie
naszych Klientów
zapraszamy do
NOWEJ SIEDZIBY**

www.poldom.radom.pl

tel.: 48 36 33 227, tel./fax.: 48 36 33 228

POLDOM
artykuły instalacyjno-sanitarne

**Radom,
ul. Dąbrowskiego 15**

KREDYTY

GOTÓWKOWE

Na dowód w 15 minut

CHWILÓWKI

KONSOLIDACYJNE

Redukcja rat nawet
do 70%

HIPOTECZNE

Marża już 1,35%
Okres kredytu do 50 lat

DLA FIRM

Na oświadczenie
do 300 000 zł.

SAMOCODOWE

Bez zaświadczeń
Masz auto - masz Kredyt

**Kredyt z nagrodą
nawet do 750 zł!**

Radom

ul. Kilińskiego 19, tel. 48 363 02 03
kom. 519 130 602

ul. Traugutta 14, tel. 48 362 44 26
kom. 793 230 430

REH-COMPLEX

**Michał Paprocki
FIZJOTERAPEUTA**

**Specjalista
ds. bezoperacyjnego
leczenia skolioz
Metodą F.E.D.**

R/0111

www.reh-complex.pl

Tel: 798-802-717



CENTRUM JĘZYKÓW OBCYCH

ZAPRASZA NA ZAJĘCIA

- ANGIELSKIEGO
- NIEMIECKIEGO
- HISZPAŃSKIEGO
- WŁOSKIEGO
- FRANCUSKIEGO

CENTRUM PROWADZI PRZYGOTOWANIE
DO EGZAMINU GIMNAZJALNEGO
I MATURALNEGO

J.POLSKI • MATEMATYKA • HISTORIA
FIZYKA • CHEMIA

Zapraszamy wszystkie grupy wiekowe!

RADOM, ul. STAROOPATOWSKA 24 U7A, tel. 695 664 430

(przy galerii handlowej „FENIKS”)

www.tube.radom.pl

**AUTORYZOWANY
GABINET KOSMETYCZNY
CLARENA MAY STAR**

**Promocja 40%
na zabiegi pielęgnacyjne twarzy**

Radom, ul. Wyścigowa 3C
tel. 602 884 690, 048 389 50 09

Zapraszamy:
pon-pt: 10-17, sob: 9-14

Uk-016

HYDRAULIK

**NAPRAWY
REMONTY**

WOD-KAN CO GAZ

tel. 5 30 90 30 90

SANRAD Radom
STACHOWICZ ul. Gagarina 4

Marek Paliński
specjalista psychiatra

przyjmuje prywatnie
w czwartki od godziny 16
budynek Poradni Rehabilitacji POLMEDIC
Radom, ul. Okulickiego 76

Rejestracja pacjentów
od pon. do pt. w godz. 8-19
tel: 48 344 86 04

S/0414