SPECJALNY DODATEK SAMORZĄDOWY: 25 lat samorządu terytorialnego
100-lecie połączenia Podgórza z Krakowem ● Dzień Otwarty Magistratu

www.wiadomoscipodgorze.pl

tradycja od 1995 r.

WIADOMOŚCI

PL ISSN 1507-6105

Egzemplarz bezpłatny
Przekaż dalej!

Bieżanów, Bieżanów Nowy, Kozłówek, Kurdwanów, Łagiewniki, os. Cegielniana, Piaski Nowe i Wielkie, Prokocim, Prokocim Nowy, Rżąka, Swoszowice, Wola Duchacka Wschód i Zachód

Nr 5 (232) Rok XX | Kraków | maj 2015

Tenis ziemny, choć z roku na rok coraz bardziej popularny, uznawany jest często za dyscyplinę elitarną, wymagającą nie tylko umiejętności, ale i dużych nakładów finansowych. Czy słusznie?

TENIS – między rekreacją a profesjonalizmem

Rozwinąć bazę szkoleniową

– Wystarczy dwoje graczy i już jest superfrajda. Ruch, dynamiczna akcja, nieprawdopodobne zwroty, bogactwo uderzeń, miliony miłośników tenisowych czynią tę grę wyjątkową. Dlaczego nie możesz zagrać i TY? – w taki sposób potencjalnych adeptów tenisa zachęca na swojej stronie internetowej **Sławomir Kąsek**, prowadzący Krakowską Szkółkę Tenisa 2 Tigers. Zimą treningi odbywają się w piątkowe popołudnia w Szkole Podstawowej nr 97 przy ulicy Doktora Judyma (Swoszowice), w sezonie letnim trzy razy w tygodniu – w piątki, soboty i niedziele – na prywatnych kortach ziemnych. Zajęcia przeznaczone są dla dzieci i młodzieży w wieku od siedmiu lat, chociaż zaczynać mogą już młodsze, nawet pięciolatki. Latem z lekcji indywidualnych korzystają także dorośli. *– Trzeba rozróżnić sezon zimowy od letniego; w lecie jest większa dostępność kortów, a ceny są bardziej przystępne. W zimie jedyna opcja to korty zamknięte, gdzie jest różna, nie zawsze idealna, nawierzchnia* – wyjaśnia trener. Przyznaje również, że zainteresowanie tenisem stopniowo się zwiększa, co jest widoczne zwłaszcza w okresie turniejów wielkoszlemowych, takich jak Wimbledon.

Cd. na str. 6

Miłosierna gimnazjalistka

EMILIA STARZYK ma 14 lat, mieszka na os. Piaski Nowe, jest uczennicą Gimnazjum Integracyjnego nr 75 im. Kawalerów Maltańskich na Woli Duchackiej. Jako wolontariuszka pomaga Siostrom Służebniczkom opiekować się osobami mieszkającymi w Domu Pomocy Społecznej przy ul. Podgórki Tynieckie 96. Tam, wspólnie z dwoma starszymi wolontariuszkami, pomaga opiekować się 50 mieszkańcami domu, wśród których połowa jest obłożnie chora.

Postawa gimnazjalistki została dostrzeżona i doceniona przez Kapitułę w tegorocznej, 11. edycji plebiscytu „Miłosierny Samarytanin". Gdy w czasie gali Lidia Jazgar poinformowała o wyróżnieniu nastolatki z Piasków Nowych, rozległy się gromkie brawa. Wśród powodów był i ten, że Emilka jest pierwszą nastolatką, której postawę i zaangażowanie na rzecz potrzebujących dostrzeżono w plebiscycie.

Cd. na str. 3

Fot. archiwum rodzinne

MIESZKANIA NA WYNAJEM W SKAWINIE
ul. Krakowska/ ul. Studzińskiego
przy granicy Krakowa.
TBS Małopolska należący do Grupy Bryksy
PROWADZI NABÓR
PARTYCYPANTÓW I NAJEMCÓW
Lokale 1, 2 i 3 pokojowe,
powierzchnie od 34 do 51m²
TBS MAŁOPOLSKA
TBS Małopolska Sp. z o.o., ul. Bujaka 4 , 30-611 Kraków
Tel.(12) 659 90 37, 659 90 36, www.tbsmalopolska.pl

CONSILIUM®
mgr Bogusław Cora
biegły rewident
Biuro Rachunkowe
ul. Cechowa 63
tel.12 651 44 44
506 151 872
e-mail: biuro@consil.pl
www.consilium.net.pl
25 lat profesjonalnej obsługi firm
USŁUGI KSIĘGOWE
- DORADZTWO PODATKOWE
ROZLICZENIA ROCZNE
- WERYFIKACJA BILANSÓW

ZECER
Przygotowanie do druku i druk:
wizytówek • ulotek
folderów • gazet reklamowych
CENY do negocjacji
Strony internetowe
wykonanie i prowadzenie
wojtek.jelonek@zecer.eu ☎ 606 66 82 65

TŁUMIKI
12 657 23 75
513 096 771
HAKI HOLOWNICZE
MECHANIKA OGÓLNA
WULKANIZACJA
ZMIANA ADRESU!
PIOMAR, Wola Duchacka,
ul.Dauna 95A (wjazd od Nowosądeckiej)
DLA STAŁYCH KLIENTÓW RABATY

SMERFY
NIEPUBLICZNE PRZEDSZKOLE
Przedszkole i Klub Maluszka
Klub Maluszka „Smerfy" oferuje :
- profesjonalną opiekę nad dziećmi
- naukę poprzez zabawy
- czytanie bajek , śpiewanie , taniec , rytmika
- gry i zabawy rozwijające i stymulujące zmysły
- spacery i zabawy na świeżym powietrzu, aktywny wypoczynek
- zajęcia plastyczno – artystyczne dostosowane do wieku
- opiekę logopedy i psychologa w zależności od potrzeb
- przyjęcia okolicznościowe np. z okazji urodzin, Dnia Dziecka, Św. Mikołaja
Niepubliczne Przedszkole „Smerfy"
ul. Łużycka 71 A, tel. 12 265 24 95
ul. Wysłouchów 55, tel. 12 654 49 12
Niepubliczne Przedszkole i Klub Maluszka "Smerfy"
ul. Torfowa 15 A, 516 176 838 , 12 265 24 95
Oferta cenowa Klubu Maluszka „Smerfy":
Abonament miesięczny: 650zł.
+ 12zł. stawka żywieniowa dzienna
Cena nie obejmuje pieluszek jednorazowych, środków pielęgnacyjnych
Inne opcje: - koszt 1h : 15zł

WILCZY APETYT W GIMNAZJUM NR 28

- Dlaczego masz takie wielkie oczy?!
- Żeby więcej widzieć.
- A takie ogromne uszy?
- By lepiej słyszeć! Mam taki wilczy apetyt!!!

Tak przywitają każdego Czerwonego Kapturka, który trafi do ***Gimnazjum nr 28 w Krakowie****.*

APETYT NA SZKOŁĘ ...

Tutaj wszystkim apetyt na nowoczesną szkołę XXI wieku dopisuje. Dziś mamy do czynienia z nowym uczniem i w pewien sposób z nowym światem edukacji. Zachłannie konsumujemy z pełnego talerza najnowszych osiągnięć techniki i sprytnie wykorzystujemy w szkolnej edukacji. To fakt, że w tym gimnazjum warunki nauki dla uczniów i pracy nauczycieli są wyjątkowo dobre.

COOL I FULL WYPAS...

Dostęp do nowoczesnych technologii, projektory multimedialne w każdej sali, trzy bogate pracownie komputerowe, estetyczne i jasne hole, szatnie z indywidualnymi szafkami, domowa kuchnia i stołówka to zauważalnie wysoki standard. „Wypasiona" pracownia plastyczna i dopieszczona „sala kominkowa" i muzyczna, profesjonalnie nagłośniona aula ze sceną, szerokim ekranem i stałym projektorem, lustrzaną ścianą oraz imponujące zaplecze sportowe - sale gimnastyczne, siłownia, Orlik dopełniają przestrzeń edukacyjną. Wysoki standard potwierdza, że celem zapobiegliwości i operatywności dyrekcji jest zapewnienie komfortu nauki dla wszystkich Czerwonych Kapturków w tej szkole.

DLACZEGO CZERWONY KAPTUREK ZJADŁ WILKA?

Każdy miesiąc przynosi ciekawe wydarzenia edukacyjne. Takim było uroczyste otwarcie pracowni twórczej. Raz jeszcze ucieleśniła się idee fixe dyrekcji szkoły Pani Marii Kuzak i Pana Bogusława Wróbla, którzy stworzyli miejsce sprzyjające rozwojowi i kreatywnej aktywności uczniów. Wydarzenie uświetnili swoją obecnością przedstawiciele władz, dyrektorzy zaprzyjaźnionych szkół, Absolwenci i Rodzice. Hasło przewodnie brzmiało: *Sztuka w biznesie, a może biznes w sztuce*. Ambicje, aby uczniowie doskonalili umiejętność obcowania z ludźmi sukcesu i uczyli się od dorosłych poprzez doświadczenie i obserwację oraz zechcieli poszukiwać własnej drogi, wydają się zasadne.

Przygotowano ciekawy program. W świat sztuki wprowadziła siedmioletnia baletnica **Joasia Błaut**. Galę prowadzili: **Wiktoria Jakubowska** i **Mateusz Miernik**. Swoje osiągnięcia w dziedzinie designu zaprezentował **Mateusz Bednarczyk** i **Izabella Czernecka**. Talenty malarskie prezentowali: **Katarzyna Nędza**, **Filip Surówka** i **Patryk Szulc**.

Część biznesowa zawierała warsztaty i porady. Spotkanie zamknęła aukcja prac plastycznych prowadzona przez **Bartosza Biesiadeckiego** i **Oliwię Krzemień**. Gości żegnał rockowy zespół **Kuby Sobasa**. Podziękowania i serdeczności płynące ze strony gości dowodziły, iż event był udany.

Obecnie owa „wypasiona" pracownia twórcza tętni życiem i artystycznymi działaniami.

I tak Czerwony Kapturek zjada wilka.

MOST NA RZECE, KTÓREJ JESZCZE NIE MA...

Jak efektywnie wykonać różne modele 3D z elementów drewnianych, pokazali młodzi konstruktorzy, realizując projekt przestrzenny. W ich szaleństwie była metoda. Powstały prototypy **Pawła Maja** i **Michała Kopcia**. Stanęły „pasywne" domy i rustykalne zabudowania **Klaudii Semerdy**, **Kamila Kaduli**. Zainstalowano nawet „portalową" zagrodę, psią budę, huśtawkę, latarnię **Jakuba Bugajskiego** i **Patryka Pasternaka**. I tak stworzono światy równoległe, nad którymi **Eryk Jóźwiak** i **Piotr Kucharczyk** przerzucili most. Efekt był niesamowity!!! I cóż, że rzeki jeszcze nie ma - to tylko kwestia czasu.

POKOLENIE „COPY & PASTE"?

Świadomość, że kreatywność i wszechstronność powinny być najważniejszymi cechami nowoczesnego ucznia zobowiązuje. Przekonanie, że powinien być twórcą w świecie cyfrowym, krytycznie korzystającym z dostępnych informacji, przekłada się na wprowadzenie innowacji pedagogicznych. Obecnie realizowane to *Bliżej sztuk wszelkich* i *Matematyka z Geogebrą*. Od września 2015 r. w klasach pierwszych realizowane będą koleje innowacje *W świecie mediów* i Świat bez granic - *English opens doors* przy zwiększonej liczbie godzin języka angielskiego.

TO JUŻ ŻARŁOCZNOŚĆ?

Wydaje się, że więcej już nie można, a jednak nie! Apetyty na nowoczesną szkołę, aktywnego i kreatywnego ucznia są duże. Dopinane są kolejne projekty rozszerzania przestrzeni edukacyjno- rekreacyjnej o *Inteligentną kręgielnię* czy *Ogród cudów*. **W Gimnazjum nr 28 każdy uczeń może być Czerwonym Kapturkiem pożerającym wilka. Wystarczy tylko chcieć!**

B. Oziębła, E. Lorek, H. Murzańska

ZAPRASZAMY!!!

„Być może dla świata jesteś tylko człowiekiem, ale dla niektórych ludzi jesteś całym światem".
Gabriel García Márquez

PRZEDSZKOLE "PĘPUŚ ŚWIATA"

NAJLEPSZE PRZEDSZKOLE W KRAKOWIE!

SERDECZNIE ZAPRASZAMY!

REKRUTACJA na rok szkolny 2015/2016

ODDZIAŁ I – Wola Duchacka, ul. Łużycka 28
tel. **12 / 346 11 11**, kom. **792 43 31 32**

ODDZIAŁ II – os. Rżąka, ul. Schweitzera 7b
tel. **12 / 346 11 11**, kom. **606 675 962**

Placówka jest czynna od poniedziałku do piątku w godzinach od 7^{00} do 17^{00}

ZAJĘCIA ORGANIZOWANE W PRZEDSZKOLU:

- Język angielski – metoda tradycyjna polski/angielski
- Język angielski – Musical English – metoda innowacyjna/ tylko język angielski
- Balet – zajęcia taneczne
- Rytmika – zajęcia umuzykalniające
- Gimnastyka Ogólnorozwojowa - Korekcyjna
- Religia/Etyka
- Zajęcia z logopedą
- Zajęcia z plastykiem
- Zajęcia twórcze – rozwijanie twórczej postawy dziecka
- Szachy
- Karate
- Zajęcia Basenowe – Basen
- Szkółka Narciarska – zajęcia sportowe
- Logopedia
- Nauka Czytania metodą symultaniczno-sekwencyjną
- Nowoczesna Matematyka – Szkoła Matematyki Alfa
- Nauka tańca towarzyskiego – Szkoła Tańca Pasja

Ramowy rozkład dnia ułożony jest zgodnie z zaleceniami Nowej Podstawy Programowej Wychowania Przedszkolnego, zagospodarowanie czasu dla wszystkich dzieci:

- Co najmniej jedną piątą czasu dzieci spędzają w ogrodzie przedszkolnym, na świeżym powietrzu;
- Co najmniej jedną piątą czasu dzieci bawią się;
- Dwie piąte czasu zaplanowane jest na wszystkie czynności opiekuńcze, samoobsługowe, organizacyjne;
- Najwyżej jedną piątą czasu powinny zajmować dzieciom zajęcia dydaktyczne.

OFERTA PEDAGOGICZNA:

Zajęcia w poszczególnych grupach prowadzone są w oparciu o Programy Wychowania Przedszkolnego, wpisane na wykaz przyjętych Programów przez Ministerstwo Edukacji i Kuratora Oświaty, zgodne z Podstawą Programową Wychowania Przedszkolnego. Do realizacji treści programu wykorzystujemy różne metody pracy, między innymi:

- prof. E.Gruszczyk-Kolczyńskiej - zajęcia i zabawy z obszaru edukacji matematycznej;
- pedagogika zabawy „Klanza" - zabawy i zajęcia ze wszystkich obszarów edukacji;
- muzykoterapia - obszar edukacji kulturowo-estetycznej, zabawy dowolne, odpoczynek dzieci;
- metody aktywne: gimnastyka twórcza R. Labana i K. Orffa, techniki parateatralne (zabawy w teatr);
- elementy metody Ireny Majchrzak - przygotowanie do nauki pisania i czytania; technika mandali głównie w zajęciach i zabawach plastycznych.

MISJA PRZEDSZKOLA „Pępuś Świata":

Nasze przedszkole: zapewnia dzieciom opiekę oraz bezpieczeństwo; tworzy warunki dla indywidualnego i wszechstronnego rozwoju dziecka; wspiera działania wychowawcze i edukacyjne rodziców; kształtuje postawy moralne, społeczne; promuje zdrowie fizyczne i psychiczne; przestrzega zasad wynikających z Konwencji Praw Dziecka; organizuje sprawne zarządzanie placówką; analizuje i ocenia efekty swojej pracy.

Kochani Rodzice! wychodząc naprzeciw Waszym potrzebom, zawsze możecie na nas liczyć!

OPŁATY W ROKU SZKOLNYM 2015/2016
CZESNE – TYLKO 380 ZŁ

NASZ WIELKI ATUT
KAŻDE Przedszkole „Pępuś Świata" posiada własną kuchnię!!!

DZIENNA STAWKA ŻYWIENIOWA /4 POSIŁKI – 12 ZŁ/DZIEŃ
Kochani Rodzice! gwarantujemy niezmienność cen od lat!!!

SERDECZNIE ZAPRASZAMY DO NAJLEPSZEGO PRZEDSZKOLA W KRAKOWIE!!!

Cd. ze str. 1

Szczególna rola Emilki

EMILIA STARZYK ma 14 lat. Jest uczennicą Gimnazjum Integracyjnego nr 75 im. Kawalerów Maltańskich na Woli Duchackiej. Jako wolontariuszka pomaga Siostrom Służebniczkom opiekować się osobami mieszkającymi w Domu Pomocy Społecznej przy ul. Podgórki Tynieckie 96 w Krakowie.

Postawa gimnazjalistki została dostrzeżona i doceniona przez Kapitułę w tegorocznej, 11. edycji plebiscytu „Miłosierny Samarytanin". Gdy w czasie gali Lidia Jazgar poinformowała o wyróżnieniu nastolatki z Piasków Nowych, rozległy się gromkie brawa. Wśród powodów był i ten, że Emilka jest pierwszą nastolatką, której postawę i zaangażowanie na rzecz potrzebujących dostrzeżono w plebiscycie.

Chciała być wolontariuszką

– *Wszystko zaczęło się kilka lat temu, gdy jako lekarz pracowałam w tym DPS-ie* – wspomina mama Emilki, Marta Starzyk. Przyznaje, że czasem zabierała ze sobą córkę, która czuła się tam dobrze; zaprzyjaźniła się z siostrami oraz spotykała z mieszkającymi w tym domu ludźmi, i już wtedy mówiła, że gdy będzie starsza, to chciałaby zostać wolontariuszką.

Emilia Starzyk, czwarta od prawej, tuż po ogłoszeniu wyników plebiscytu „Miłosierny Samarytanin" w kategorii Osoby nienależące do żadnej organizacji charytatywnej

Reprezentująca wspólnotę Sióstr Służebniczek s. Teresa Kulka pamięta, jak Emilka przyjeżdżała z mamą. Mówi, że znajomość z dziewczynką trwa już pięć lat. – *Gdy p. Marta, po ukończeniu specjalizacji, dostała inną pracę, Emilka czasem do nas dzwoniła albo wspólnie z mamą nas odwiedzała* – wspomina s. Teresa. Dodaje, że któregoś dnia p. Marta zwróciła się z prośbą, czy Emilka może przychodzić do nich na wolontariat. – *Po uzyskaniu zgody ze strony siostry dyrektor Agaty Komisarczyk, chętnie zaakceptowałyśmy pomysł i Emilka zaczęła się realizować jako wolontariuszka* – opowiada s. Teresa. Mówi, że musiała być też oficjalna zgoda p. Marty, aby Emilka mogła pomagać siostrom.

Tym sposobem gimnazjalistka została w roku szkolnym 2014/ 2015 wolontariuszką w DPS-ie, gdzie wspólnie z dwoma starszymi wolontariuszkami pomaga 8 siostrom służebniczkom opiekować się 50 mieszkańcami domu, wśród których połowa jest obłożnie chora. Do zaprzyjaźnionych mieszkańców domu dziewczynka dojeżdża po lekcjach raz w tygodniu. – *Emilka bardzo tych wyjazdów pilnuje, sama tam jeździ. Taki dojazd w jedną stronę, z przesiadką, trwa godzinę* – mówi Marta Starzyk. Przyznaje, że szczególnie późną jesienią, zimą, gdy warunki pogodowe są mniej sprzyjające, szczerze podziwia córkę.

Korzyści są obopólne

Emilka mówi jednak, że do dojazdów się przyzwyczaiła. Opowiada o swym pomaganiu: – *Gdy już jestem na miejscu, to przede wszystkim rozmawiam z mieszkańcami domu. Oni się tam trochę nudzą, więc próbuję im ten czas jakoś urozmaicić. Moi znajomi opowiadają mi swoje historie, a ja im mówię, co się dzieje u mnie. Czasem czytam im książki, pomagam przy kolacji, bo niektóre osoby trzeba karmić.*

Gdy przewrotnie pytam gimnazjalistkę, czy nie lepiej spotkać się z koleżankami, skorzystać z komputera, Emilka odpowiada, że to też są jej zainteresowania. – *Nie wszyscy moi rówieśnicy rozumieją sens spotykania się ze starszymi, potrzebującymi uwagi ludźmi, ale to akceptują* – mówi z powagą nastolatka.

O jej zaangażowaniu z uznaniem opowiada s. Teresa Kulka. Przyznaje, że Emilka jest bardzo troskliwą i odpowiedzialną nastolatką. Podkreśla, że nauczyła się ona mierzyć chorym ciśnienie, że robi też z paniami gimnastykę oddechową. Zauważa: – *Myślę, że rola Emilki jest w naszym domu szczególna. To dziecko przychodzi do tych pań, u których budzi się wspomnienie rodziny, Emilka przypomina im ich córki, wnuczki… Panie opowiadają jej historie nawet ze swej młodości. Mówią też o swojej wierze, o Bogu.*

Siostra podkreśla, że spotkania mają wpływ także na wolontariuszkę. – *Emilka to przeżywa, wraca do tych tematów i nas, siostry o różne sprawy dopytuje* – opowiada s. Teresa Kulka. Dodaje, że to wszystko jest dla nastoletniej wolontariuszki cenne, bo kształtuje jej poglądy, uczy szacunku i odpowiedzialności.

Również mama gimnazjalistki ceni tę formę aktywności dziecka. – *Dzięki kontaktowi z osobami starszymi, chorymi Emilka staje się dojrzalsza, świadoma, czym jest życie* – mówi dr Marta Starzyk i zwraca uwagę na nieuświadamiany przez większość z nas atut takich spotkań: – *Może to jest niezrozumiałe dla osób, które nie są i nigdy nie były zaangażowane w pomoc osobom starszym i uciekają od tematu choroby, śmierci, ale naprawdę tam, w Domu Pomocy Społecznej panuje bardzo radosna atmosfera, w tym spokój i dużo miłości, które się wszystkim udzielają. Zarówno siostry, jak również pensjonariusze często wyrażają swoją wdzięczność, chwalą Emilkę. Ale tak myślę, że te korzyści są obopólne, bo miłość i dobro rozdane, powracają.*

Marta Starzyk zauważa, że dla jej córki osoby mieszkające w DPS-ie w jakimś stopniu zastępują rodzone babcie, które w Krakowie nie mieszkają. Podkreśla, że dla nastolatki kontakt z osobami starszymi jest również bardzo ważny.

Miłość i dobro rozdane, powracają

Tu warto przywołać jeszcze sprawę języka angielskiego, którego Emilka uczyła się od przedszkola dodatkowo, i to chętnie, a z którego (ze względu na zbyt dużo obowiązków w bieżącym roku szkolnym) zrezygnowała.

– *Rzeczywiście, Emilka stwierdziła, że ma za mało czasu wolnego, w związku z tym chciałaby z czegoś zrezygnować* – przyznaje Marta Starzyk. – *Wybór padł na naukę angielskiego. Pomyślałam, że to jest jej decyzja i zaakceptowałam ją. Mama gimnazjalistki dodaje, że jeśli będzie taka potrzeba, to zawsze do lekcji można wrócić, a na ten moment córka ucząc się języka w szkole, nadal się w tym kierunku rozwija.*

Z wyróżnienia Emilii Starzyk w 11. edycji Miłosiernego Samarytanina cieszy się jej rodzina i siostry prowadzące DPS, gdzie Emilka jest wolontariuszką. – *Dla nas wyróżnienie Emilki było miłym i radosnym zaskoczeniem, tym bardziej, że również nasi mieszkańcy poparli jej kandydaturę* – przyznaje s. Teresa Kulka. Opowiada, że panie, z którymi Emilka się spotyka i im pomaga, powiedziały, że to, co się wydarzyło w życiu wolontariuszki, jest dla niej również zadaniem. – *Myślę, że takie wydarzenie ukierunkuje Emilkę, a nawet pogłębi jej więź z osobami potrzebującymi, chorymi* – zamyśla się s. Teresa.

Emilia Starzyk zapewnia, że będzie nadal wolontariuszką. Cieszy się z wyróżnienia, ale skromnie przekonuje: – *Uważam, że robię to, co powinnam i nie trzeba mnie za to nagradzać. Ja otrzymuję nagrodę za każdym razem, gdy spotykam się z potrzebującymi pomocy. Ich uśmiech, ich radość sprawiają, że jestem szczęśliwa.*

tekst i fot. Maria Fortuna-Sudor

REKLAMA

Pod patronatem medialnym „Wiadomości"

Konsultacje nad projektem

8 kwietnia w siedzibie Zarządu Infrastruktury Komunalnej i Transportu odbyło się spotkanie konsultacyjne w sprawie starego dworu w parku Duchackim. Zaproszono przedstawicieli Dzielnicy XI, Stowarzyszenia Przyjaciół Woli Duchackiej, miejskiego konserwatora zabytków oraz krakowskiej Pracowni Konserwacji Zabytków „Arkona", która wygrała przetarg na wykonanie projektu.

W zamyśle projektanta, ruiny starego spichlerza (te widoczne od strony ul. Estońskiej) zostaną wykorzystane do budowy toalety; powstanie tam także pomieszczenie gospodarcze, przeznaczone na potrzeby utrzymania parku. Wskutek opinii konserwatora zabytków, który podkreślał wcześniej, że narysowany w koncepcji nowy dwór w miejsce starego, nie nawiązywał do lokalnej tradycji – projektant założył, że sama bryła zabudowań starego dworu pozostanie niezmieniona, zaś w starej wozowni, gdzie zachowały się zabytkowe sklepienia, miałaby się znaleźć kawiarnia.

Jeśli chodzi o przeznaczenie starego dworu, przedstawiciel Dzielnicy XI przypomniał, że wolą Dzielnicy jest zrealizowanie zapisu uchwały, w myśl której obiekt ten ma służyć społeczności lokalnej poprzez działalność społeczno-kulturalną; na pewno jest potrzebna Izba Pamięci Woli Duchackiej (w tym pamiątek AK), miejsce prezentacji licznych dokumentów, pamiątek i dzieł sztuki zebranych przez Stowarzyszenie Przyjaciół Woli Duchackiej.

Głównym osiągnięciem tego spotkania było to, że ograniczona zostanie do niezbędnego minimum wycinka drzew, która będzie się odbywać etapami. Wiele samosiejek, drzew chorych i powalonych trzeba będzie usunąć, a cały teren odpowiednio prześwietlić, ale – ze względu na zieleń – powstanie mniejsza niż planowano liczba alejek. Uczestnicy byli zgodni co do tego, że niezbędny jest kompromis i poszanowanie zasady koegzystencji. Jak to wyjdzie, zobaczymy...

Przypominamy, że koncepcja rewitalizacji parku Duchackiego ze starym dworem na czele została już przygotowana przez firmę Gajda Architektura Krajobrazu. Lokalna społeczność na czele z Dzielnicą XI walczyła o Park od 2007 r. Dzięki Przewodniczącemu Rady Miasta Bogusławowi Kośmiderowi w Wieloletniej Prognozie Finansowej (WPF), czyli w budżecie na lata 2015-2019, zapisano zadanie ZIKIT pn. „Zagospodarowanie Parku Duchackiego w kwocie 6,2 mln zł". W ten sposób zostanie zrealizowane zarówno rewitalizacja dworu, jak i rewitalizacja parku Duchackiego. To najważniejsze zadanie tej części Podgórza, zgłoszone przez Dzielnicę XI w ramach zadań jubileuszowych związanych ze 100-leciem połączenia Podgórza z Krakowem.

Tekst i fot. (Kaj)

Z ostatniej chwili

Protest mieszkańców

Mieszkańcy protestują przeciwko planom zabudowy terenu zielonego w okolicy parku Duchackiego przy ul. Estońskiej.

Spółdzielnia Mieszkaniowa „Podgórze" chce tam zbudować wysokie bloki, które mają sąsiadować z domami jednorodzinnymi. Racje mieszkańców uznało Samorządowe Kolegium Odwoławcze, które uchyliło decyzję Wydziału Architektury UMK. Także Dzielnica XI wydała opinię negatywną w maju 2014 r. Mieszkańcy wystosowali teraz pismo do ZIKiT o ponowną analizę przepustowości dróg prowadzących do planowanej inwestycji. Spółdzielnia nie odpuszcza i poprawia wniosek o zabudowę.

(Kaj)

Sygnały

● Torowisko przy ul. Nowosądeckiej róg Spółdzielców pilnie wymagało remontu. Ruch tramwajów był wstrzymany ponad tydzień.

● Ten odcinek ul. Cechowej od ul. Bojki do Gwarnej będzie naprawiany. Przewidziano także naprawę metodą nakładkową drugiej strony jezdni na ul. Witosa. Utrudnienia potrwają do czerwca.

● Na os. Cegielniana też pojawiła się ekipa, aby naprawić nawierzchnię ul. Odrzańskiej.

● Rozpoczęła się prywatna inwestycja przy ul. Zimnej w Piaskach Wielkich. Po jej ukończeniu jest szansa na dokończenie poprawy przejezdności.

● Na ul. Nowosądeckiej (tylko po stronie Woli Duchackiej) gruntownie przebudowano chodniki, likwidując zniszczone płyty i kładąc asfalt. Na zdjęciach przed i po naprawie.

● Mieszkańcy nie mieliby nic przeciwko temu, aby na przystankach autobusowych pojawiły się wiaty. Problem dotyczy wielu przystanków, m.in. na Kurdwanowie, Woli

Duchackiej i Piaskach Wielkich (na zdjęciach: przystanki przy ul.Wysłouchów, Puszkarskiej i Cechowej). ZIKiT ma takie możliwości, ale pewnie je skieruje pokazowo głównie do centrum miasta.

● W trakcie budowy fragmentu chodnika pomiędzy ul. Merkuriusza Polskiego a Kąpielową. Udało się nawet zachować stare drzewo.

● Na ul. Turniejowej na Woli Duchackiej trudno będzie dokończyć naprawę nawierzchni, odcinka od ul. Gołaśki do Gromady Grudziąż, gdy nie ma na to pełnej zgody wszystkich właścicieli.

● Czy w końcu usuną wrak sprzed przychodni przy ul. Białoruskiej? Na prośbą Czytelnika sygnalizowaliśmy to wielokrotnie.

● – Niby są pasy dla pieszych, ale samochody dostawcze nic z sobie z tego nie robią (na zdjęciu), a mają wyznaczone specjalne miejsce do parkowania przy pętli autobusowej linii 164 – zauważa mieszkaniec os. Piaski Nowe i dodaje: – To także przejście do

przedszkola i czasem matki z dziećmi muszą manewrować, aby bezpiecznie trafić na miejsce. Widać bezpieczeństwo pieszych jest priorytetem tylko na papierze.

● Przed nadejściem wiosny przycięto na Kozłówku drzewa, m.in. piękną ozdobną wierzbę. – Nie będzie cienia przy ławkach – martwi się starszy mieszkaniec osiedla, który latem lubił siadać w tym miejscu pod drzewem.

● Szkodliwe dla środowiska wypalanie traw jest zabronione pod groźbą grzywny. Na zdjęciu pozostałość po wandalizmie przy ul. Stojałowskiego.

● Mleko klasztorne z automatu robi furorę wśród mieszkańców spragnionych

naturalnych, swojskich produktów. Na zdjęciu automat przy ul. Borsuczej na os. Cegielniana.

● Przy przystanku na ul. Wielickiej róg Wolskiej, po stronie Kozłówka pojawił się wiosną ciekawy mural, wykonany przez znanego grafika Tomasza Wełnę. Mural przedstawia codzienne życie mieszkańców, którzy różnią się od realnych tym, że są... uśmiechnięci. Taki przekaz sztuki ulicznej jest wart naśladowania.

CZEKAMY NA SYGNAŁY I ZDJĘCIA:
e-mail: wiadomosci.krakow@wp.pl

NZOZ „Spółka Lekarska Na Kozłówce"
ul. Na Kozłowce 29, tel. 12 658 16 11, 12 658 89 01
Porady bezpłatne, w ramach umowy z NFZ:
OKULISTA, DIABETOLOG, PSYCHOLOG, LOGOPEDA
Wizyty płatne:
KARDIOLOG, DERMATOLOG, PSYCHIATRA, NEUROLOG
ul. Wielicka 76 (k. ul. Dworcowej), tel. 12 265 70 68
Porady bezpłatne, w ramach umowy z NFZ: LEKARZ RODZINNY
Wizyty płatne: DERMATOLOG, NEUROLOG, PSYCHOLOG I PSYCHIATRA DZIECIĘCY

USG
• jama brzuszna
• prostata • tarczyca
• piersi • naczynia szyjne i kręgowe
• echo serca
12 658 16 11
12 658 89 01

Poradnie Specjalistyczne Cardioclinic
Bochenka 10, Kraków (przed szpitalem)
Tel. 12 357 26 26 wew. 2, tel. 883 304 624
www.cardioclinic.pl e-mail: cardioclinic@carint-scanmed.pl
Oferujemy:
• Konsultacje: kardiolog, elektrokardiolog, psychiatra, psycholog
• Kontrola rozruszników serca i defibrylatorów
• Holter EKG, Holter ciśnieniowy
• Echo serca
• EKG wysiłkowe
CARDIOCLINIC

ARCUS CENTRUM MEDYCZNO-REHABILTACYJNE
mgr fizjoterapii Przemysław Bednarczyk
Kurdwanów ul. Wysłouchów 51 601 95 65 25
Jesteś w dobrych rękach!
REHABILITACJA
GABINETY MEDYCZNE
www.arcus.strefa.pl

CITO-TEST
Pracownia Analiz Lekarskich
os. Piaski Nowe, ul. Łużycka 55
(pawilon usługowo-handlowy, I p.)
przyjmowanie materiału do badań
pn.- pt. 7.30 - 13.00
wydawanie wyników
pn.- pt. 18.00 - 19.00
tel. 12 657 54 40, 606 957 723
• Bezbolesne i bezstresowe pobieranie krwi z palca.
• Pełny zakres badań krwi, moczu i kału.

SPRZEDAM
obraz św. Franciszka w scenie stygmatyzacji z początku XIX w. wym. 50 x 60 cm
Informacje:
504 853 960

OPTYK

Od pon. do pt. w godz. 10-18
tel. 501 718 154
ul. Nowosądecka 31
(obok apteki)
Specjalny RABAT 10%
pełny zakres szkieł okularowych,
bezpieczne okulary dla dzieci,
lekkie soczewki plastikowe
bezpłatne komputerowe badanie wzroku
Wykonujemy okulary na NFZ

USŁUGI HYDRAULICZNE
kompleksowo
wod-kan-gaz-c.o.
uprawnienia
SZYBKO, TANIO I SOLIDNIE
601 954 522

Ogłoszenia drobne

e-mail: **wiadomosci.krakow@wp.pl**

• Zaopiekuję się starszą osobą lub dzieckiem – 513 991 980

• Zaopiekuję się starszą osobą, posprzątam mieszkanie. Jestem osobą wyrozumiałą i cierpliwą. Cenię uczciwość, sumienność. Dokładnie wykonuję swoje obowiązki i mam doświadczenie – 504 51 36 59

• Zaopiekuję się dzieckiem – 668 525 205

• Podejmę prace jako opiekunka starszej osoby: doświadczenie, cierpliwość, referencje – 12 654 46 54 lub 793 781 948

• Wynajmę mieszkanie 4-pokojowe 80 m kw. na osiedlu Kurdwanów – 504 453 695

• Poszukuję do wynajęcia mieszkania dwupokojowego w rozsądnej cenie w Podgórzu – 669 886 356

• Sprzedam wolnostojący lokal przy ul. Heila – 696 048 690

KSERO
DUŻY FORMAT
A0 I WIĘCEJ
tel. 502 34 86 84

BINDOWANIE
w twardej oprawie
PIECZĄTKI
WIZYTÓWKI
LAMINOWANIE
DORABIANIE KLUCZY
os. Kurdwanów Nowy
ul. Witosa 39
(koło poczty)

PRZEGRYWANIE NA DVD
z nośników:
• VHS • VHS-C • SVHS • SVHS-C •
• Video8 • Hi8 • Digital8 • miniDV •
★ DVD oraz miniDVD ★
★ przegrywamy stare filmy celuloidowe 8 mm, super 8 mm i 16 mm oraz inne usługi video i audio
SKANOWANIE SLAJDÓW I NEGATYWÓW
możliwy bezpłatny odbiór materiałów od Klienta
LISTA PUNKTÓW PRZYJĘĆ NA:
www.nagrywanie.net.pl
tel. 606 502 502

klimat ART
SKLEP PLASTYCZNY:
poniedziałek-piątek 9.30-19.00
sobota 9.30-14.00
Farby, Werniksy, Fiksatywy, Pędzle
Papiery, Szkicowniki, Podobrazia,
Tusze, Pastele, Markery, Kredki Art.
Decoupage, Drewniane Skrzyneczki,
Warsztaty Artystyczne Dla Dzieci i Dorosłych
ZAPRASZAMY!
30-820 Kraków, al. Dygasińskiego 5 tel. 12 660 94 55 e-mail: klimatart@gmail.com

DELTA
DRUKARNIA CYFROWA
WYDRUKI OD 1 SZTUKI:
książki, katalogi, broszury, kalendarze, gazety, czasopisma, foldery, plakaty, ulotki, wizytówki, zaproszenia, naklejki, papiery firmowe, kartki świąteczne, itp.
www.deltaprint.pl | tel. 601 682 500

F.H.U.P. ROBIN
NarzędziaWarsztatowe.pl
pon. – pt. 8 – 17, sob. 9 – 13
NARZĘDZIA WARSZTATOWE dla wszystkich
Wola Duchacka, ul. Gromady Grudziąż 14
tel. 12 265 32 30, 12 265 32 31
www.robin.krakow.pl e-mail: robin@robin.krakow.pl

PRALNIA – MAGIEL
• uprawnienia do prania: dla hoteli, restauracji i zakładów pracy
• uprawnienia do prania z barierą higieniczną: dla przychodni i gabinetów lekarskich
• CZYSZCZENIE DYWANÓW TRZEPANIE I TRANSPORT GRATIS
• pranie pościeli z merynosów
PUNKTY PRZYJĘĆ I ODBIORU:
czynne: pon.-pt. 9.00-18.00
sobota 10.00 – 14.00
ul. Bojki 4, tel. 12 654 85 24
ul. Beskidzka 30, tel. 12 655 43 04
ul. Na Kozłówce (przy taxi)
ul. Mitery 16, kom. 518 708 417
ul. Malborska 63, tel. 12 265 73 20
Zapraszamy klientów indywidualnych
P.W. „SECO" sp. z o.o. ul. Nowosądecka 41 A
tel. 12 650-19-00 www.seco.krakow.pl
czynne od pon do sob: 7⁰⁰ – 20⁰⁰

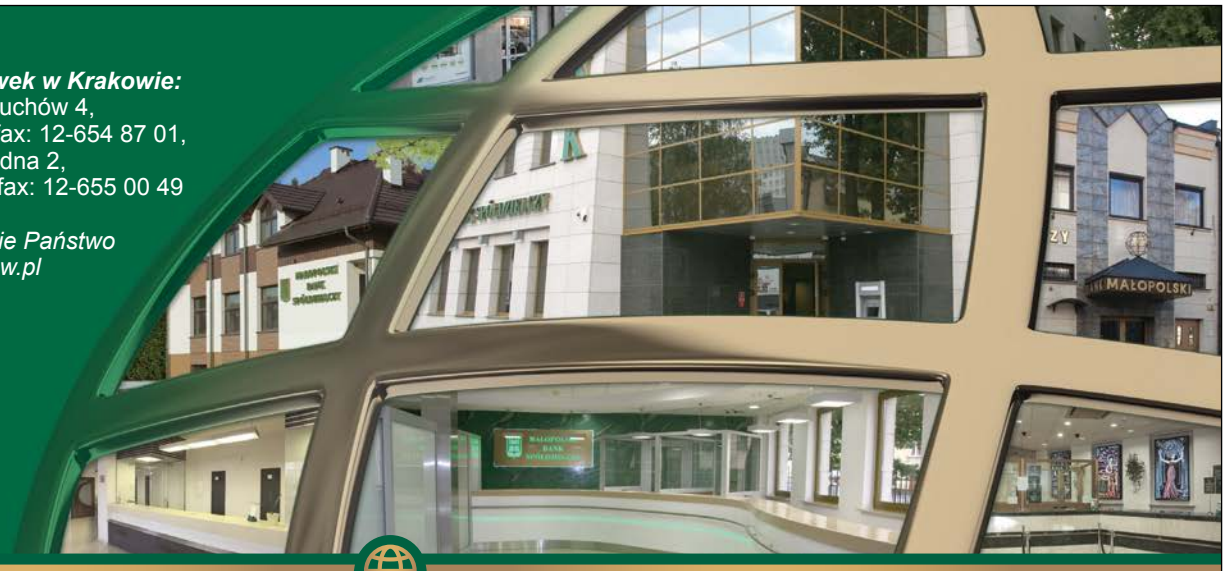
ŻALMAX
www.zalmax.pl
ŻALUZJE
PIONOWE
POZIOME
ROLETKI TEKSTYLNE
Produkcja
Montaż * Serwis
Kraków
ul. Szczęśliwa 10
12 655 74 74

LiDER
prawdopodobnie NAJTAŃSZE UBEZPIECZENIA w Krakowie
Ubezpieczamy majątek, firmy, życie i zdrowie (OC,AC,NNW, inne) !!!!!
Tylko u nas ubezpieczysz najtaniej, sprawdź nas, zadzwoń i zamów kalkulację !!!!!
SUPER PROMOCJE !!!!!
- Zniżki do 60 % i więcej
- Extra rabaty przy pakietach
- Załatwiamy formalności za klienta
- Dodatkowe zniżki w AC i OC
DO UBEZPIECZENIA PIZZA GRATIS
Wspieramy Fundację Uniwersyteckiego Szpitala Dziecięcego w Krakowie
Agencja Ubezpieczeniowa LIDER
OS. KURDWANÓW, ul. Wysłouchów 3 lok. 2
OS. WOLA DUCHACKA-WSCHÓD, ul. Białoruska 10B (przyziemie)
czynne: pn - pt w godzinach od 9 - 17
telefon: 501-533-226, 533-313-334
ubezpieczenianawoli@interia.pl

Wtorek 22 firma cateringowa
BAR MARATON
Walerego Sławka 10
(przy zajezdni MPK i ZIS)
Obiady na miejscu i na wynos, Catering
12 265 01 89
883 311 600
Napisz do nas
Wysyłamy cotygodniowe menu – prześlij e-mail:
newsletter@wtorek22.pl
www.barmaraton.pl
zamów online

laventeli
kwiaciarnia
ul. Walerego Sławka 16C
godziny otwarcia
poniedziałek 12.00 - 18.30
wtorek - piątek 8.30 - 18.30
sobota 8.30 - 16.30
niedziela 10.00 - 15.00
laventeli.pl
facebook.com/kwiaciarnialaventeli

Zapraszamy do naszych placówek w Krakowie:
30-611 Kraków, ul. Wysłouchów 4,
tel.: 12-654 56 16, 12-654 84 55, fax: 12-654 87 01,
30-556 Kraków, ul. Wodna 2,
tel.: 12-655 23 68, 12-655 00 42, fax: 12-655 00 49
Więcej informacji znajdziecie Państwo na stronie www.mbsw.pl



MBS ROK ZAŁOŻENIA 1925
Małopolski Bank Spółdzielczy *Zawsze Twoim Bankiem*

TENIS – między rekreacją a profesjonalizmem

Cd. ze str. 1

W 2 Tigers swoich sił spróbować może każdy, nie ma selekcji czy sprawdzianu umiejętności. – *Z doświadczenia wiem, że nie należy oceniać dziecka, które zaczyna uczyć się gry, po pierwszych lub drugich zajęciach. Z prostej przyczyny – dopiero z czasem wychodzi, jak bardzo będzie ono zaangażowane, czy będzie mu się chciało kontynuować naukę. Dużą rolę odgrywają tutaj też rodzice. Jest nauczyciel/trener, rodzic i dziecko, potem dochodzą do tego warunki trenowania – to wszystko jest współzależne. Jeśli dziecko złapie bakcyla i będzie chciało, a rodzic umożliwi mu rozwój, to jest szansa, że w przyszłości coś z tego będzie. Najlepszymi przykładami są tu* ***siostry Radwańskie*** *oraz* ***Jerzy Janowicz,*** *którzy wywodzą się ze sportowych rodzin, a bakcyla dostali właśnie od rodziców.*

Tych, którzy martwią się o koszty posłania dziecka na zajęcia tenisowe, Sławomir Kąsek uspokaja – tenis rzeczywiście nie jest zbyt tani, ale tylko kiedy mówimy już o grze profesjonalnej. – *Między poziomem rekreacyjnym i profesjonalnym jest kolosalna różnica. Jeśli ktoś chce się uczyć i trenować raz – dwa razy w tygodniu, koszty nie są wielkie. W mojej szkółce na przykład jedynym wymaganiem jest strój sportowy, resztę sprzętu zapewniam.*

Sporym wyzwaniem w Swoszowicach i sąsiednich dzielnicach okazuje się natomiast baza szkoleniowa, która w tym momencie, zdaniem właściciela szkółki 2 Tigers, rewelacyjna nie jest. Pojawiają się już jednak różne inicjatywy, dające nadzieję na to, że niedługo sytuacja zmieni się na lepsze. – *Mam w głowie na sezon zimowy budowę hali pneumatycznej, tak zwany balon, z tym że na razie jest to na etapie pomysłu; rozpoczynam dopiero wstępne rozmowy w tej sprawie. Słyszałem też plotki, że są osoby zainteresowanie budową kortów na Klinach, ale nie wiadomo, co z tego wyjdzie i jak dużo czasu to zajmie.*

Od zabawy do profesjonalizmu

Na bazę szkoleniową specjalnie nie narzeka **Ryszard Cyganik** – właściciel i trener Ajde Tenis, szkoły stosunkowo młodej, bo powstałej w styczniu bieżącego roku. Razem z drugim trenerem – **Arturem Szybowskim** – zajęcia prowadzą w Hali Orzeł przy ulicy Niebieskiej (Piaski Wielkie). – *Uważam, że warunki gry są tutaj dużo lepsze niż na innych obiektach położonych w południowej części Krakowa, zarówno pod względem jakości nawierzchni, oświetlenia, temperatury, jak i zaplecza socjalnego* – mówi.

Zajęcia prowadzone w Ajde Tenis są przeznaczone dla wszystkich – dzieci, młodzieży, dorosłych. Na najmłodszych czeka Przedszkole Tenisowe, organizowane zgodnie z programem ITF (Międzynarodowej Federacji Tenisowej). – *Przedszkole Tenisowe opiera się głównie na grach i zabawach dla dzieci, jest tam ciągły ruch, śmiech, odrobina rywalizacji. Na tym etapie uczymy oczywiście podstaw gry, ale nie jest to jedyny cel zajęć, które mają rozbudzić pasję i wielostronnie rozwijać. Prowadzone są one w grupach sześcioosobowych; dzieci grają przy mniejszych siatkach, mniejszymi rakietkami. Zapewniamy cały specjalistyczny sprzęt, na halę trzeba przyjść tylko w dobrym obuwiu, cała reszta jest na naszej głowie.*

Teoretycznie zajęcia przeznaczone są dla dzieci w wieku od pięciu do siedmiu lat, ale chętne czterolatki organizatorzy także witają z otwartymi ramionami. – *Z doświadczenia wiem, że cztery lata to dolna granica i rzadko zdarzają się dzieci młodsze, które dobrze adaptowałyby się do treści zajęć* – wyjaśnia Ryszard Cyganik. Przestrzega natomiast przed nadmiernymi ambicjami ze strony rodziców. – *Należy pamiętać, że nie możemy dziecka profilować już w wieku czterech – pięciu lat. Jeśli ktoś posiada ukryty talent, zauważymy to i będziemy delikatnie sugerować rodzicom, że może warto byłoby, aby ich pociecha poszła właśnie w stronę tenisa.*

Czym zatem powinien charakteryzować się przyszły tenisista? – *Tenis jest trudną dyscypliną przede wszystkim pod względem koordynacyjnym, zatem aby z dużą satysfakcją radzić sobie na korcie, większość cech motorycznych powinna być rozwinięta na wysokim poziomie. Jednak wraz z rozwojem umiejętności inne wartości zaczynają mieć dominujące znaczenie. O ile u dziecka bazą jest sprawność, u zawodników do głosu dochodzi też poziom techniki. Natomiast na najwyższym poziomie współzawodnictwa niejednokrotnie o zwycięstwie decyduje sfera mentalna – to jak ktoś radzi sobie ze stresem, w trudnych sytuacjach, itp. Paradoksalne w tenisie jest to, że można wygrać więcej piłek, a przegrać mecz. Inaczej niż na przykład w skokach narciarskich czy gimnastyce artystycznej – tam jeden błąd często decyduje o wyniku.*

Jeśli chodzi o koszty trenowania, Ryszard Cyganik również zaznacza, że trzeba odróżnić rekreację od profesjonalnej gry. – *Nie można generalizować, że tenis jest drogim sportem. Rzeczywiście staje się on drogi, ale dopiero gdy pojawia się wyraźna specjalizacja w tej dziedzinie, współzawodnictwo na poziomie ogólnopolskim, a nawet europejskim. Jednak tak jest przecież w każdej dyscyplinie. Teraz, aby zaistnieć w tenisie w wieku, powiedzmy, czternastu lat, nie wystarczy zostać w Polsce, jest to droga donikąd. Dlatego w pewnym momencie trzeba do tego podejść zdroworozsądkowo i zdecydować, czy chcemy rozpocząć karierę zawodową, która nie jest tania, czy też zostać na poziomie rekreacyjnym. Widać to na przykład po tym, że najmłodsze kategorie wiekowe zawsze mają najwięcej sklasyfikowanych zawodników.*

Ogólnie zainteresowanie tenisem ocenia jako spore, przyznaje też, że przełożenie mają na nie sukcesy najlepszych polskich zawodników – zwłaszcza Agnieszki Radwańskiej i Jerzego Janowicza. – *Idziemy w dobrą stronę, od jakiegoś czasu coraz lepiej pracuje chociażby Polski Związek Tenisowy. Prawdą jednak pozostaje, że tenis ma łatkę dyscypliny elitarnej i prawdopodobnie nigdy nie będzie w stanie pokonać pod względem popularności polskich „sportów narodowych", takich jak piłka nożna.*

W roku szkolnym i podczas wakacji

Zdecydowanie łatwiej jest spróbować swoich sił w nowej dyscyplinie, jeśli można to zrobić w jak najbardziej dogodnej dla siebie lokalizacji – do takiego wniosku doszli właściciele Szkoły Tenisa SOLDI. Jej główna siedziba znajduje się w Niepołomicach, trenować można jednak także w Krakowie – między innymi na kortach Strefy Fit przy ulicy Wysłouchów (Kurdwanów). Oferta przeznaczona jest dla wszystkich – począwszy od mikroTENIS-a w formie gier i zabaw paratenisowych dla najmłodszych (nawet trzylatków). – *Trzy, cztery lata to wiek, kiedy oswajamy dzieci z piłeczką i rakietą, uczymy podstawowych elementów, takich jak łapanie, rzucanie, skakanie, bieganie, kształtujemy koordynację w grach i zabawach. Nie ma to wiele wspólnego z właściwym graniem, ale stanowi ogólne przygotowanie i świetną bazę dla kolejnych etapów* – mówi **Michał Solarz,** trener i właściciel SOLDI. Dalsze tajniki tenisa można poznać w następnych fazach szkolenia, takich jak mini-, midi- i makroTENIS, podczas treningów grupowych i indywidualnych dla dzieci, młodzieży i dorosłych. Ciekawą propozycją wakacyjną są również obozy tenisowe dla dzieci i młodzieży oraz tenisowe wczasy rodzinne. – *Na naszych obozach jest miejsce zarówno dla osób początkujących, średniozaawansowanych, jak i zaawansowanych. W ramach jednego obozu organizujemy kilka profili – typowo rekreacyjne oraz przeznaczone dla zawodników. Każdy znajdzie coś dla siebie.*

Trener przyznaje, że pewne predyspozycje daje się zauważyć już u najmłodszych uczestników zajęć. – *Często widzi się osoby wybijające się nawet wśród przedszkolaków, natomiast podczas rozwoju dziecka może to potoczyć się w różnym kierunku. Wiadomo, że talent i umiejętności trzeba pielęgnować.*

Sama pielęgnacja do zrobienia kariery jednak nie wystarczy. – *Tenis to sport dość trudny koordynacyjnie. Żeby rywalizować na poziomie wyczynowym, trzeba mieć już odpowiednie predyspozycje – mowa tu nie tylko o aspekcie fizycznym, ale i mentalnym. Im starszy, bardziej profesjonalny zawodnik, tym większe znaczenie ma ten drugi. Na pewnym poziomie wszyscy umieją grać; wygrywa ten, kto okazuje się bardziej odporny psychicznie. Jeśli chodzi o zdolności motoryczne, na pewno liczy się szybkość, wytrzymałość, gibkość, koordynacja i wiele innych – wszystko to musi być na wysokim poziomie, żeby móc się wybić, bo konkurencja jest bardzo duża.*

Na szczęście, rekreacyjnie w tenisa może zagrać właściwie każdy, taka forma uprawiania sportu nie wiąże się też z dużymi kosztami. – *Zapewniamy cały sprzęt, wystarczy ubrać się jak na w-f i można zaczynać* – zachęca Michał Solarz.

Barbara Bączek
fot. Wojciech Kuma

Z archiwum Ryszarda Galosa

Obrazy przeszłości – cz. 5

Ostatnio w czerwcu 2014 r. zamieściliśmy archiwalne zdjęcia ze zbiorów wolanina Ryszarda Galosa. Cykl spotkał się z zainteresowaniem Czytelników. Oto kolejny materiał.

TEATR NA WOLI. Amatorski teatr powstał na Woli Duchackiej w latach 30. XX wieku. Dzięki inicjatywie mieszkańców i Stowarzyszeniu Młodzieży Męskiej i Żeńskiej salę teatralną udostępnił Urząd Gminy Wola Duchacka przy ul. Piłsudskiego (obecnie ul. Malborska). Obecnie w tych pomieszczeniach znajduje się restauracja „Gościniec".

Natomiast po II wojnie światowej teatr grał swoje spektakle w dużej świetlicy Fabryki Kabli z uwagi na to, że duża część wolan pracowała w tej fabryce.

Do najczęściej granego repertuaru należały:

„Żołnierz Królowej Madagaskaru" wg farsy Stanisława Dobrzańskiego i Juliana Tuwima., „Grube ryby" wg Michała Bałuckiego, „Damy i huzary" wg Aleksandra Fredry, „Hanusine wesele" wg Jędrzeja Cierniaka, „Jasełka Bożonarodzeniowe".

Teatr z Woli występował również w zaprzyjaźnionych dzielnicach Krakowa.

Zdjęcie 1 przedstawia spektakl „Damy i huzary", w którym udział biorą: reżyser prowadzący Adam Rompała i jego żona Dziunka, Lusia Nalepka, Franciszka Pers, Tosia Drożdż, Czesław Pysar, Stanisław Pers, z akordeonem Franek Pers, Kastalik i Mączkówna.

Zdjęcie 2 przedstawia Teatr z Woli na jesiennych występach z przestawieniem „Hanusine wesele" w Piaskach Wielkich przed budynkiem Szkoły Podstawowej przy ul. Rżąckiej.

Od redakcji:

Serdecznie zapraszamy naszych Czytelników do przysyłania podpisanych zdjęć archiwalnych lub obrazów dokumentujących miejsca, budynki, wydarzenia i mieszkańców naszej części Podgórza. W razie potrzeby sami wykonamy skany, a materiały zwrócimy.

Małopolska Szkoła Baristów w Bieżanowie – jedyna taka w Polsce

Z MIŁOŚCI DO KAWY

Niektórzy zaczynają od niej dzień. Inni wypijają kilka filiżanek dziennie. Większość z nas nie wyobraża sobie bez niej życia. RENATA LEBIEDZKA postanowiła stworzyć własną szkołę, gdzie uczy sposobu jej parzenia, obsługi urządzeń baristycznych oraz propaguje wiedzę na jej temat. Tak, chodzi o aromatyczną kawę.

Pomysł na szkołę

W 2005 r. na polskiej mapie gastronomicznej, przy ul. Mała Góra w Bieżanowie, pojawił się nowy punkt: *Małopolska Szkoła Baristów.* Jej założycielką jest Renata Lebiedzka: – *Od 20 lat pracuję w branży kawowej. Wcześniej zajmowałam się strategicznymi klientami w kilku dużych firmach zajmujących się sprzedażą kawy i profesjonalnych ekspresów do jej serwowania oraz szkoleniem personelu lokali gastronomicznych. Prowadziłam i przeszłam mnóstwo szkoleń dotyczących obsługi urządzeń oraz parzenia kawy. Obecnie dzielę się tą wiedzą w mojej szkole oraz w Zespole Szkół Ponadgimnazjalnych „Małopolska Szkoła Gościnności" w Myślenicach, gdzie od 2 lat prowadzę zajęcia z baristyki.*

Przed pięcioma laty Renata Lebiedzka znalazła się w szpitalu i miała dużo czasu na przemyślenia. – *Od dawna kiełkował mi w głowie pomysł własnego biznesu, ale jeszcze nie miałam odwagi, aby go zrealizować. Dopiero kiedy drugi raz trafiłam na szpitalny oddział, uznałam to za znak, że w końcu muszę. Początki nie były łatwe, ale jeśli ktoś uparcie i z zaangażowaniem dąży do celu, to na pewno w końcu uda mu się go osiągnąć.*

Okazało się, że w Polsce brakuje specjalistycznych zajęć z baristyki. Jeśli już jakiekolwiek są, to w ramach innych przedmiotów. Jak zauważa Lebiedzka: – *Nie docenia się roli człowieka. Zazwyczaj stawia się na młynki, maszyny i produkty. A to przecież człowiek musi mieć na tyle duże umiejętności, aby wszystko razem dawało niesamowity efekt smakowy i wizualny.* Dlatego też stworzyła własną szkołę, gdzie prowadzi kursy i szkolenia dla młodzieży ze szkół gastronomicznych, klientów indywidualnych oraz firm. Zakres jest dostosowany do wymagań: od 1-dniowych dla pasjonatów do 2 – dniowych certyfikowanych I i II stopnia dla profesjonalistów.

Renata Lebiedzka w ramach MSB prowadzi również małe muzeum. – *Eksponaty wyszukuję na aukcjach internetowych lub na giełdach staroci. Czasami otrzymuję od znajomych, za co jestem im bardzo wdzięczna. W mojej kolekcji znajdują się na przykład: młynek ścienny do kawy z lat 20. poprzedniego stulecia polskiej produkcji, o czym świadczy wybita punca. U nas zazwyczaj spotyka się tego typu młynki produkowane w Niemczech i w Austrii. Moja kolekcja ma wiele ciekawych eksponatów związanych z kawą. Trudno też określić, który jest najcenniejszy ze względów sentymentalnych. Może dla mnie najcenniejszy jest ekspres kolumnowy z lat 40. włoskiej firmy Electra, pięknie zdobiony, uwieńczony kopułą z mosiężnym orłem…*

Czas na młodzież

Przygoda Renaty Lebiedzkiej z "Małopolską Szkołą Gościnności" i nauczaniem młodzieży rozpoczęła się 2 lata temu podczas targów edukacyjnych w Krakowie. – *Zostałam wówczas zaproszona do współpracy na stanowisku specjalisty w Zespole Szkół Ponadgimnazjalnych „Małopolska Szkoła Gościnności" w Myślenicach, gdzie miałam przybliżyć temat baristyki młodzieży gimnazjalnej. Tam też po raz pierwszy powstał pomysł ewentualnego stworzenia przedmiotu, zainicjowany przez dyrekcję w w/w szkole. Rok później zostałam poproszona o przygotowanie programu nauczania baristyki, jako przedmiotu i specjalizacji.*

Jak wspomina Lebiedzka, wiele osób podchodziło nieco sceptycznie do tego pomysłu. – *Pytali mnie „Co można robić przez 60..., ba 240 godzin z dzieciakami na zajęciach o przyrządzaniu kawy?". A można wiele i jeszcze tematu się nie wyczerpie. Zaczynamy od zajęć teoretycznych: historii, geografii, matematyki, fizyki, biologii, technologii itp., bo to wszystko jest w baristyce, a kończymy na praktycznym zastosowaniu wiedzy. Młodzież jest naprawdę świetna, inteligentna i daje mi mnóstwo pozytywnej energii, motywując do dalszego działania. Chcę dla nich napisać podręcznik do zajęć z baristyki, oparty na moich doświadczeniach i autorskim programie nauczania.*

Wybór właściwej kawy

Jaką kawę polecają bariści? – *Najlepiej kupować ziarnistą i mielić ją zaraz przed przyrządzaniem* – radzi Renata Lebiedzka. – *Do domu najlepiej pakowaną próżniowo. Do gastronomii i do domu powinno być opakowanie z wentylkiem, przez który będzie wydobywać się przyjemny aromat. Mamy wtedy pewność, że kawa jest świeża i dobrze przechowywana. Jeśli w opakowaniu ziarna kawy będą miały zbalansowany odcień brązu, smak naszego napoju, będzie doskonały, bo nie zaburzy go ani nadmierna kwasowość, cierpkość, ani nadmiar goryczy. Dodatkowo świeża kawa po otwarciu opakowania będzie się szklić, gdyż pokrywają ją naturalne olejki aromatyczne.*

Najpopularniejszą i najlepszą odmianą kawy jest arabika, która stanowi aż 70% upraw światowych. Ma ona podłużny kształt, bruzdę w kształcie litery S i niesamowity zapach. Niemal 30% upraw stanowi robusta, której nasiona są bardziej okrągłe, z prostą bruzdą i większą zawartością kofeiny. Odmiany różnią się od siebie również smakiem. Często można spotkać ich mieszanki. Uprawia się też mniej popularne gatunki: liberykę, ekxcelsę i arabustę.

Przy wyborze ważny jest też sposób uzysku nasion. Okazuje się, że kawa uzyskana na mokro jest bardziej wartościowa od tej uzyskanej na sucho. Te informacje zazwyczaj trudno znaleźć na opakowaniu kaw na półkach sklepowych. W takim wypadku najlepiej kawę kupować w specjalistycznych sklepach, gdzie sprzedawcy będą znali dokładne pochodzenie i skład mieszanki, którą będziemy chcieli zaparzyć.

Jak przyrządzić klasyczną „małą"?

Okazuje się, że nie trzeba kupować bardzo drogiego ekspresu, aby cieszyć się dobrze przyrządzoną kawą. Wystarczy tzw. mokka (czasami nazywana kafietierą, kawiarką), czyli zaparzacz ciśnieniowy, dobra kawa i ew. spieniacz do mleka. Mokka może być dowolnej wielkości, wykonana z aluminium lub stali nierdzewnej. Należy do jej dolnego zbiorniczka wlać wodę, do sitka wsypać odpowiednio zmieloną kawę i delikatnie ubić. Kawa powinna być średnio zmielona, aby nie przesypywała się przez lejek, ale też nie za grubo, aby wydobyć z niej pełny aromat. Następnie trzeba skręcić obie części mokki, ustawić na kuchence na najmniejszym palniku i na dosyć małym ogniu. Parzenie powinno trwać mniej więcej 10-15 min. Zaparzona ciśnieniowo kawa przeleje się do górnej części kawiarki i jest gotowa do serwowania. Następnie przelewamy ją do ulubionej filiżanki, dodajemy ciepłe, spienione mleko i cukier. Najlepiej delektować się nią w dobrym towarzystwie.

tekst i fot. Elżbieta Ćwik

1.

2.

3.

4.

1. *Kawowiec* **2.** *Młynek ścienny do kawy z lat 20. poprzedniego stulecia. Polska produkcja.* **3.** *Ekspres kolumnowy z lat 40. włoskiej firmy Electra.* **4.** *Kawa przed paleniem oraz przykład latte artu – zdobienia napoju z wykorzystaniem mleka oraz pianki kawowej.*

REKLAMA

XV Liceum Ogólnokształcące
im. Marii Skłodowskiej - Curie

Kraków, Al. Dygasińskiego 15
tel. i fax. 12 658 17 15
www.xvlo.pl, e-mail: sekretariat@xvlo.pl

WYCHOWUJEMY TRADYCYJNIE, KSZTAŁCIMY NOWOCZEŚNIE!

SZKOŁA MA:
- kompleks boisk sportowych „Orlik",
- nowoczesną salę gimnastyczną i strzelnicę sportową,
- salę teatralną,
- czytelnię multimedialną i bogatą bibliotekę,
- pracownie przedmiotowe wyposażone w sprzęt audiowizualny

CZYLI BARDZO DOBRE WARUNKI DO NAUKI I ROZWIJANIA ZAINTERESOWAŃ.

NASZE ATUTY:
- klasa o profilu „Obsługa ruchu lotniczego"
- prowadzona we współpracy z Welcome Airport Services,
- firmą działającą na lotnisku Kraków – Balice
- przyjazna atmosfera,
- lekcje w godz. 8:00 – 15:00,
- projekty edukacyjne,
- obozy naukowe w Polsce i za granicą (Londyn),
- wymiany młodzieży ze szkołami w Niemczech (m.in. Marie-Curie-Gymnasium z Kirchzarten)
- doświadczeni, skuteczni i otwarci nauczyciele,

DOBRA ZDAWALNOŚĆ EGZAMINU MATURALNEGO.

NASZA OFERTA EDUKACYJNA

Klasa Przedmioty rozszerzone	Patronat, współpraca
A j. polski, historia, j. angielski	Uniwersytet Papieski Jana Pawła II w Krakowie
B matematyka i geografia lub biologia i geografia, j. angielski	AGH; Uniwersytet Ekonomiczny w Krakowie
C biologia i chemia, j. angielski	Uniwersytet Rolniczy im. Hugona Kołłątaja w Krakowie
D Geografia i WOS, j. angielski	welcome Airport Services
E historia i WOS, j. angielski	Sąd Okręgowy w Krakowie

DNI OTWARTE
20 maja 2015 w godz. 9:00 – 18.00

13 czerwca w godz. 9.00-14.00
III Bieg po zdrowie i Zielony Piknik z XV

Gimnazjalisto! *Przyjdź, zobacz, zostań!*
„Piętnastka" – liceum na medal!

Od redaktora

Trzy grosze

MYŚLENIE ZERO – JEDYNKOWE. *Nie jesteś za PO – musisz być za PiS. Jesteś antykomunistą – znaczy się jesteś faszystą. Nie jesteś za, a więc jesteś przeciw (a kto nie z nami, ten przeciwko nam – jesteś naszym wrogiem). W ten oto toporny (jak sierp i młot), ideologiczny, spolaryzowany mechanizm nas wepchnięto, a wraz z tym nasze życie społeczne, wybory polityczne i debatę publiczną. Skąd to się wzięło? Z sowietyzowania i przetrącenia niezależnego, niepodległego myślenia – to bardziej trwałe niż się wydawało. Chodzi o zbyt rzadkie u nas myślenie i działanie* ***ponadpartyjne*** *i* ***propaństwowe****. Zaczątkiem tego było zafałszowanie naszej rzeczywistości (w tym historii – współczesnej też), zakłamanie (wyrwanie) języka, przeinaczenie (wywrócenie) znaczeń, wprowadzenie półprawd, eksterminacja autentycznych elit i wyprodukowanie sztucznych, dyspozycyjnych surogatów. Przetrącone kręgosłupy i rozmiękczone mózgi wychowały swoich następców i reprodukują się dalej. Nic dziwnego, że do głosu dochodzą coraz mocniej – lepiej późno niż wcale – nastroje antysystemowe.*

POLSKA PO ZNAJOMOŚCI. *Dlaczego u nas wszystko jest takie na niby, na pół gwizdka, takie sobie. Choć wedle planów mogłoby być znakomite, świetne, rewelacyjne. Ponieważ w Polsce wszystko robi się po znajomości. Do jakiejkolwiek sprawy – od działań artystycznych i kulturalnych, po działalność gospodarczą i polityczną – nie bierze się ludzi najlepszych, sprawdzonych i kompetentnych – tylko znajomych, ludzi poleconych, aby spłacić jakieś uzależnienia i długi wdzięczności. To warunek, aby móc cokolwiek zrobić. Najlepszy na to sposób: angażować ludzi z zewnątrz, spoza układów. Ale póki nie jest u nas rozliczana jakość – będzie bylejakość.*

ZMIANOHOLIZM. *Pisałem tu kiedyś o „zmianoholizmie" jako chorobie naszych czasów. To idzie w parze z kultem młodości. Czy stary, czy młody, musi udawać wiecznie młodego, zdrowego i niby doświadczonego na tyle, że daje mu się uprzywilejowane miejsce, aby się wykazał – wprowadzaniem zmian, innowacji, ulepszeń? Bo wszędzie ma być nowocześnie. Co stare, nawet jeśli działa – jest złe. No więc szaleją zmianoholicy, każdy chce się wykazać, dostać premię, a przy okazji wykosić konkurencję. Tą obligatoryjną patologią zarządza głównie Unia Europejska, skąd gros jej środków płynie wartkim strumieniem na różnego rodzaju szkolenia i kursy, jak wprowadzać i obsługiwać „nowe zmiany". Ich jakość znają ci, którzy w nich muszą (za własne pieniądze) uczestniczyć. Jest to synekura dla rzeszy instruktorów. Jest ich plaga, bo tam są łatwe pieniądze... Wypatruję jaskółek, kiedy nastąpi „moda na odwrót" – sprawdzanie wartości i powrót do źródeł, kiedy odrzucone zostaną pozorne nowinki, wszechobecne błyskotki, które ukrywają pustkę, zastępują indywidualność i tożsamość.*

Jarosław Kajdański

PUNKT OPIEKI NAD CHORYM
w Domu „Podgórze" prowadzi
nabór kandydatów na stanowisko
OPIEKUNA OSOBY STARSZEJ

OFERUJEMY PRACĘ NA TERENIE DZIELNICY PODGÓRZE

tel: 12 656 46 07, 506 127 479
po.podgorze@pck.org.pl
w godzinach 8:00-15:00

Punkt Opieki
Rynek Podgórski 4
30-533 Kraków

fizjoKLINIKA
SPECJALISTYCZNY GABINET
REHABILITACJI LECZNICZEJ
Kraków, ul. Nowosądecka 48
www.fizjoklinika.org
537 449 669

REHABILITACJA
PRZEZ CAŁY CZERWIEC W GODZINACH 10-16
ZABIEGI TYLKO 7 ZŁ

Gimnazjum nr 27
im. płka H. Dobrzańskiego Hubala
ul. Malborska 98, 30-624 Kraków
tel/fax 12 655 09 89
szkola@gim27.krakow.pl

TRADYCJA I NOWOCZESNOŚĆ

Oferta dla klas pierwszych na rok szkolny 2015/16:
- KLASA MUNDUROWA pod patronatem Fundacji SZTURMAN
- KLASA Z EDUKACJĄ TANECZNĄ pod patronatem Szkoły Tańca Twins Steps
- KLASA DLA UCZNIÓW Z DYSLEKSJĄ

Nauczane języki obce: angielski, włoski, niemiecki

Baza szkoły: wszystkie sale lekcyjne z tablicami multimedialnymi, pracownie przedmiotowe, muzeum szkolne, sale: gimnastyczna, taneczna, do tenisa stołowego, siłownia, biblioteka z bogatym księgozbiorem i czytelnia z dostępem do Internetu, stołówka i sklepik szkolny

Przyznano nam: Certyfikaty „Szkoła Promująca Bezpieczeństwo" i „Szkoła z Klasą", Złoty Medal Opiekuna Miejsc Pamięci Narodowej

Stawiamy na: JĘZYKI OBCE, WYCHOWANIE PATRIOTYCZNE (program „Katyń – ocalić od zapomnienia", Innowacja pedagogiczna „Gloria Victis"), WRAŻLIWOŚĆ I SZACUNEK

Zapewniamy: Naukę na jedną zmianę, bezpieczeństwo, indywidualne podejście w edukacji, przyjazne relacje, pomoc psychologiczno-pedagogiczną dla uczniów i rodziców, zajęcia wyrównawcze i konsultacje ze wszystkich przedmiotów, opiekę pielęgniarki szkolnej, domowe śniadania i obiady w stołówce szkolnej

ORGANIZUJEMY CIEKAWE ZAJĘCIA POZALEKCYJNE

www.gim27.krakow.pl

NIEPUBLICZNE PRZEDSZKOLE
BAJLANDIA
ZAPRASZAMY od 2 roku życia
CZESNE 400 zł
Zajęcia dodatkowe w cenie czesnego!
- język angielski
- rytmika
- taniec
- gimnastyka korekcyjna
- religia
- teatrzyki
- opieka logopedy
- opieka psychologa

Kraków, ul. Stattlera 26 (przecznica z ul. Na Kozłówce)
Filia ul. Wolska 7 (dojazd od ul. Wielickiej)
tel. 12/264 72 43 WŁASNA KUCHNIA
tel. +48 509 314 999 | www.bajlandia.org

Szukasz Boga, prawdy i miłości?
Nie widzisz sensu wielu wydarzeń?
Twoje cierpienie i ból przygniatają Cię...

Możesz zrozumieć swoje życie, odnaleźć pokój i nadzieję!
Zapraszamy dorosłych i młodzież na KATECHEZY:
www.KatechezyNeo.pl

REKLAMA

Dentamax
Specjalistyczne Centrum Stomatologii Rodzinnej, Implantologii i Ortodoncji

WYKORZYSTANIE MIKROSKOPU ZABIEGOWEGO W NOWOCZESNEJ STOMATOLOGII

Dobra widoczność jest podstawą prowadzenia prawidłowego leczenia stomatologicznego. Na możliwość dobrej widoczności wpływają bezpośrednio: oświetlenie, wyposażenie gabinetu, odpowiednie ustawienie pacjenta oraz właściwa pozycja lekarza. Stosowane obecnie powiększenia dla poprawienia ostrości widzenia, a tym samym osiągnięcia lepszych wyników terapeutycznych, a także estetycznych to wymóg obecnych czasów.
Użycie specjalnego mikroskopu zarówno w tradycyjnej jak i chirurgicznej endodoncji oraz mikrochirurgii (resekcje korzeni, zamykanie perforacji wewnętrznej i zewnętrznej) daje lekarzowi stomatologowi nowe możliwości terapeutyczne pozytywnie wpływając, na jakość wykonywanych zabiegów.
Korzyści płynące z zastosowania powiększenia podczas zabiegów stomatologicznych są nieocenione. Pozwalają na wykonywanie zabiegów z niedostępną dotąd dokładnością i precyzją.
Mikroskopy zabiegowe stosowane są głównie podczas leczenia kanałowego.
Zastosowanie mikroskopu, czyli dużych powiększeń w połączeniu z silniejszym, odpowiednio skupionym światłem pozwala na wykonywanie czynności, które bez jego wykorzystania nie byłyby możliwe. Dotyczy to: odnalezienia ujść dodatkowych kanałów, odnalezienia ujść i udrożnienia kanałów uważanych bez powiększenia za niedrożne, a także prawidłowego opracowania tych, które mają nietypową budowę anatomiczną. Istotna jest możliwość usuwania z kanałów korzeniowych pod kontrolą wzroku złamanych instrumentów endodontycznych, zamykania perforacji, resorpcji wykonywania zabiegów chirurgii endodontycznej oraz wielu innych precyzyjnych zabiegów wymagających dobrej widoczności i oświetlenia.

Leczenie z użyciem mikroskopu daje lekarzowi nowe możliwości terapeutyczne pozytywnie wpływając, na jakość wykonywanych zabiegów. Lekarz przystępuje do poszczególnych etapów leczenia, otwarcie zęba, udrożnienie, opracowanie kanałów, wypełnienie materiałem termoplastycznym. Wszystko to odbywa się pod kontrolą mikroskopu. Mikroskop umieszczony na specjalnym wysięgniku znajduje się tuż nad głową pacjenta i umożliwia wgląd do wnętrza zęba, gwarantując uzyskanie maksymalnej precyzji oraz skuteczności leczenia.
Zastosowanie powiększenia nie ogranicza się jednak tylko do leczenia kanałowego.
- Może i powinno być wykorzystywane podczas leczenia protetycznego w celu weryfikacji oraz zwiększenia dokładności podczas zabiegów szlifowania zębów pod korony, mosty i licówki.
- Podczas okresowych przeglądów w celu uwidaczniania niewielkich ubytków próchnicowych oraz ubytków w obrębie bruzd zębów, które przy tradycyjnym badaniu mogą pozostać niezauważone.
- Podczas leczenia zachowawczego, (czyli opracowywania ubytków i ich wypełnianiu) w celu zwiększenia dokładności leczenia i zwiększenia szczelności wypełnień (a co za tym idzie ich trwałości)
- Podczas zabiegów z zakresu mikrochirurgii. Zapobiega to nadmiernej utracie tkanek, oraz zwiększa precyzję zabiegów.

PROMOCJA MAJOWA
Licówki pełnoceramiczne – 1150 zł
Korony pełnoceramiczne – 1150 zł

Po więcej informacji zapraszamy na naszą stronę internetową www.dentamax.com.pl

ul. Nowosądecka 46, Kraków
Recepcja: 883 699 007, (12) 307 05 97
Godziny otwarcia:
od poniedziałku do piątku: 8 - 22, sobota: 9 - 15

„WIADOMOŚCI": **30-693 Kraków, ul. Urwana 10 m 2, tel. kom. 504 853 960, e-mail: wiadomosci.krakow@wp.pl, www.wiadomoscipodgorze.pl, www.wiadomosci.krakow.pl**
Redaktor naczelny: Jarosław Kajdański. Stali współpracownicy: Barbara Bączek, Elżbieta Ćwik, Krzysztof Duliński, Krzysztof Janik, Maria Fortuna-Sudor. Redaktor techniczny: Jarosław Jagła, Magda Ewy. Wydawca: „ARGO". Druk: LEYKO, Kraków, ul. Romanowicza 11, tel. 12 656 44 87. Nakład: 7 500 egz. bezpłatnych. Redakcja zastrzega sobie wszystkie przysługujące jej prawa, w tym do skracania tekstów i zmiany ich tytułów oraz nieponoszenia odpowiedzialności za treść reklam i ogłoszeń. PL ISSN 1507-6105